دليل السلامة للصحفيين

دليل عملي للصحفيين في المناطق المعرضة للخطر



Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture



دليل السلامة للصحفيين

دليل عملي للصحفيين في المناطق المعرضة للخطر



Organisation
des Nations Unies
pour l’éducation,
la science et la culture



■ الفهرس

■ استهلال

عدّة نجاة في الجيب والرأس

«هؤلاء الاموات سيكونون قد قضوا سدًى لو رفض الأحياء رؤيتهم». عبارة مراسل الحرب المشهور روبرت كابا تخصّ كل الناس لكنها تطبّق خصوصًا على الصحفيين الذين قُتلوا أثناء أداء مهامهم. لسنا نبغي، في هذا السياق، ذكر الاحصائيات المخيفة، ولكن من لا يعرف زميلة أو زميل قضى عند تبادل لإطلاق النار أو تم استهدافه عمدًا أثناء اعداده تقريرًا ؟

في منطقة الحرب كما في وقت السلم، تدل الاحصائيات للأسف على أن الحقّ الدولي لا يكفي لحماية الصحفيين. منظمة مراسلون لا حدود تفخر بتقديمها اسهامات مهمة في سبيل تبنّي قرارات بشأن حماية الصحفيين من قبل مجلس الأمن في الأمم المتحدة في عامي 2006 و 2015. إلا أن هذه القرارات الجديدة، على غرار اتفاقيات جنيف، ليست بدواء ناجع لجميع الأمراض.

لا يمكن أبدًا للعاملين في مناطق خطرة ألاّ يكونوا معرضين للخطر فالأمن يقع، إلى حدّ كبير، على عاتق الصحفيين أنفسهم وذلك على الصعيد الجماعي والفردي. على الصعيد الجماعي، لأن وضع إجراءات في غرف الأخبار وتبادل المعلومات بين الزملاء وتوفير الإمكانات من قبل منظمات مثل منظمة مراسلون بلا حدود هي ضرورية.

إن دليل السلامة للصحفيين الذي اقترحته منظمة مراسلون بلا حدود يهدف إلى توفير معايير وأساليب محددة عملية لجميع الذين، في زاوية شارع أو على طريق معزول، قد يواجهون قنّاصًا لحرية الصحافة. لذا يجب

عدم الاكتفاء بالكاميرا أو القلم، بل يجب أَخذ عدّة النجاة، التي تتألف من المعدات والخبرة.

بالتعاون مع اليونسكو، تقدّم منظمة مراسلون بلا حدود طبعة جديدة لهذا الدليل العملي للصحفيين العاملين في المناطق المعرضة للخطر. تمّ نشر هذا الدليل للمرة الأولى عام 1992 وقد تمّ تحديثه عدة مرات، وتُرجِم إلى الإنكليزية الاسبانية والعربية وتم توزيعه في جميع القارات.

كريستوف دولوار
الأمين العام لمنظمة مراسلون بلا حدود

دليل إرشاد رمزُ عملية مُنظَّمة

إن الحق في حرية التعبير هو حق من حقوق الإنسان وحرية أساسية منصوص عليها في المادة 19 من الإعلان العالمي لحقوق الإنسان. أولاً لأنه حق بذاته – حق البحث وتلقي ونقل المعلومات والأفكار بحرية من خلال أي وسيلة إعلامية – ولأنه يسمح أيضًا بالممارسة الحرة وحماية مجموع الحقوق الأساسية الأخرى. حالات كثيرة حدثت عبر التاريخ جعلتنا ندرك أنه عندما تبدأ حرية التعبير في الانخفاض، فلا تلبث أن تعاين المصير نفسه الحريات الأساسية الأخرى.

إن القانون التأسيسي لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو) المعتمد في 16 تشرين الثاني/نوفمبر 1945 يولي في مادته الأولى حرية التعبير مهمة «تسهيل حريّة تبادل الأفكار عن طريق الكلمة والصورة». إن حرية التعبير وتبعاتها، أي حرية المعلومات وحرية الصحافة، هي في قلب رسالة اليونسكو. فالصحفيون ووسائل الإعلام هم الجهات الفاعلة الرئيسية في الممارسة والدفاع عن هذه الحرية الأساسية، وهذا ما يجعلهم مستهدفون في غالبية الأحيان من قبل أولئك الذين يريدون فرض قبضة من حديد على ايصال المعلومات للمواطنين وعلى إثارة النقاش العام. إن العدد المرتفع جدًا من الصحفيين الذين قتلوا أثناء أداء واجبهم على مدى السنوات القليلة الماضية – أكثر من 700 صحفي منذ العام 2006، وفقًا لتقرير المديرة العامة لليونسكو الذي تم تقديمه في 21 تشرين الثاني/نوفمبر 2014 في مجلس البرنامج الدولي لتنمية التواصل – يبيّن حجم هذه المشكلة والصعوبات في مواجهتها.

في هذا الصدد، لا بدّ أن نذكر بعض الأرقام المثيرة للقلق. وفقًا لتقرير المديرة العامة لليونسكو، فإن الغالبية العظمى – أي ما يقارب 95%– من الصحفيين الذين قتلوا في أداء مهامهم هم صحفيين محليين. ومعظم الصحفيين الذين قتلوا لم يكونوا في مناطق صراع مسلّحة، ولكن أثناء

تغطية موضوعات محلية. وعلاوة على ذلك، على مدى السنوات العشر الماضية، تمت مقاضاة 6.6% فقط من حالات قتل الصحفيين. بهذا يصل معدل الإفلات من العقاب إلى أكثر من 90%، ما يؤدي عمليًا إلى ايصال رسالة مدمرة للمجتمع أن اغتيال صحفي لإسكاته ليس له، في أغلب الأحيان، أية عواقب للمسؤولين عن هذا الفعل.

لقد تمّ اعتماد خطة عمل الأمم المتحدة بشأن سلامة الصحفيين ومسألة الإفلات من العقاب في الجرائم ضد الصحفيين في 12 نيسان/أبريل 2012 من قبل مجلس رؤساء الأمانات العامة في منظمة الأمم المتحدة لتوفير استجابة منسّقة والتوصّل إلى حشد جميع الشركاء. إن خطة العمل هذه تشكّل آلية للتنسيق مجهّزة بمقاربة متعددة الجوانب تمكّن وضع قيد العمل استراتيجية شاملة لتعزيز حماية الصحفيين. في 18 كانون الأول/ديسمبر 2013، اعتمدت الجمعية العامة للأمم المتحدة القرار 68/163 بشأن سلامة الصحفيين الذي أعلن نهار 2 تشرين الثاني/نوفمبر يومًا دوليًا لنهاية الإفلات من العقاب للجرائم المرتكبة ضد الصحفيين وأُوكلت اليونسكو مهمة التنسيق لوضع خطة عمل. منذ ذلك الحين، تم اعتماد العديد من القرارات من قبل الجمعية العامة للأمم المتحدة، ومجلس حقوق الإنسان واليونسكو والمنظمات الحكومية الدولية الإقليمية، التي تشهد على تعزيز النظام المعياري في مسألة سلامة الصحفيين.

وتذكّر خطة العمل على ضرورة رفع مستوى الوعي العام حول مسألة سلامة الصحفيين ومسألة الإفلات من العقاب ووضع آليات الحماية، وتعزيز قدرات النظام القضائي وقوّات النظام، والجيش والمجتمع المدني على الالتزامات والتعهدات بشأن سلامة الصحفيين التي اتفقت عليها الدول.
مواجهة تهديدات وتحديات مهنة هي على نحو متزايد من الخطورة يتطلب حشد جميع الجهات الفاعلة المعنية. من بين العديد من المبادرات والممارسات الجيدة الموضوعة لتعزيز أمن الصحفيين، نذكر «دليل السلامة للصحفيين» لمنظمة مراسلون بلا حدود واليونسكو، الذي صدرت الطبعة الأولى منه عام 1992 وتمت ترجمته إلى عدة لغات وأعيد طبعه مرات

عديدة منذ ذلك الحين. في عام 2015، بعد أكثر من 20 عامًا، تطورت التهديدات ضد الصحفيين. وقد ظهرت مخاطر جديدة، ومخاطر أخرى أُخذت أكثر بعين الاعتبار. للردّ على هذه التغييرات، أضيف على الدليل فصولاً جديدة. وهو يعالج الآن مسألة الأمن السيبراني الذي أضحى مصدر اهتمام متزايد للمهنة (وقد نشرت اليونسكو دراسة تدرس المخاطر للصحفيين في مجال الأمن الرقمي: بناء السلامة الرقمية للصحافة)، بالإضافة إلى مبادئ توجيهية للصحفيين أثناء تغطيتهم للكوارث الطبيعية أو الأوبئة وكذلك مشكلة العنف الجنسي وبشكل خاص للنساء الصحفيات.

لا يمكن لأيّ عامل وحده أن يحلّ التحدي الكبير في سلامة الصحفيين. هذا الدليل يشكّل قدرًا كبيرًا من المعارف والخبرات المكتسبة على مرّ السنين من الصحفيين ووسائل الإعلام ومنظّمات الدفاع عن حرية التعبير. من خلال جمع وتوليف هذه الممارسات الجيدة الآتية من عدة جهات فاعلة، يجسّد هذا الدليل، على طريقته، رغبة الشركاء للعمل معًا بطريقة أكثر تنسيقًا واتحادًا بغية تعزيز سلامة الصحفيين ومكافحة الإفلات من العقاب.

غي بيرجيه

مدير قسم حرية التعبير

وتنمية وسائل الإعلام في اليونسكو

■ مقدمة: منظمة مراسلون بلا حدود وحماية الصحفيين

قد يحصل في بعض البلدان أن يقضي الصحفي في السجن سنين كثرة بسبب كلمة أو صورة. لأنّ سجن أو قتل صحفي هو قضاء على شاهد أساسي وتهديد لحق كل شخص في الحصول على المعلومات، تعمل منظمة مراسلون بلا حدود يوميًا من أجل حرية الصحافة.

منذ تأسيسها في مونبلييه (فرنسا) عام 1985 حتى ترشيحها لجائزة نوبل للسلام في عام 2014، تمكنت منظمة مراسلون بلا حدود أن تصبح، في غضون 30 عامًا، منظمة غير حكومية دولية لها دور استشاري لدى الأمم المتحدة واليونسكو. تعمل المنظمة الآن في خمس قارات بفضل فروعها الدولية، من برلين إلى جنيف مرورًا بستوكهولم ومدريد، ولها مكاتب في واشنطن وريو دي جانيرو وبروكسل وشبكتها العالمية تضمّ أكثر من 150 مراسلاً في 130 بلد.

- إن منظمة مراسلون بلا حدود، من خلال عملها اليومي وعبر حملات التوعية: تدافع عن الصحفيين والعاملين في وسائل الإعلام المسجونين أو المضطهدين لقيامهم بعملهم، وتشجب ما تعرّضوا له من إساءة وتعذيب في العديد من الدول.
- تعدّ قوائم تسجّل الانتهاكات لحرية المعلومات ضد الصحفيين وتكافح من أجل دحر الرقابة والقوانين الرامية إلى تقييد حرية الصحافة.
- تمنح كل سنة مئة منحة لمساعدة الصحفيين أو وسائل الإعلام التي تواجه الصعوبات (الرسوم القانونية، والنفقات الطبية، وشراء المعدات، الخ) ولعائلات الصحفيين المسجونين.

- تعمل من أجل تحسين سلامة الصحفيين، وخصوصًا في مناطق النزاع، بما في ذلك تقديم المساعدة العملية (تأمين، معدات الحماية، والتدريب في مجال الأمن السيبراني ، خط المساعدة الساخن 7/7 أيام، 24/24 ساعة).

سلامة الصحفيين: حق جدير الدفاع عنه

لعبت منظمة مراسلون بلا حدود دورا حاسمًا في عامي 2006 و 2015 في اعتماد مجلس الأمن التابع للأمم المتحدة قرارات 1738 و 2222 بشأن حماية الصحفيين في النزاعات المسلحة. تطلب منظمة مراسلون بلا حدود الآن وضع آليات لتطبيق القانون الدولي بما في ذلك:

- تسمية ممثل خاص للأمين العام لسلامة الصحفيين، مهمته مراقبة الدول الأعضاء لمدى احترامهم للالتزامات فيما يتعلق بحماية الجهات الفاعلة التي تزوّد بالمعلومات. وهذا الممثل يقوم بإعداد التوصيات، تكون بمثابة الإنذار المبكر للأمين العام ولمجلس الأمن الدولي عند أيّ اعتداء، ويكون قادرًا على إجراء تحقيقات بديلة في ظلّ غياب تحقيق من قبل الدولة المعنيّة لعمل العنف التي تم ارتكابه على أرضها ضد أي صحفي.
- أن يقوم مجلس الأمن الدولي بإحالة الجرائم المرتكبة ضد الصحفيين في سوريا والعراق، التي يمكن اعتبارها جرائم حرب في القانون الدولي إلى المحكمة الجنائية الدولية
- توسيع نطاق حماية الصحفيين لغير المحترفين (المدوّنين، «مستخدمي الانترنت»)، وذلك أيضًا في أوقات السلم خارج حالات النزاع المسلّح.

الأمن عمليًا: تقديم المعدّات

لأن سلامة الصحفيين تمرّ أيضًا وخاصة بالاحتياطات المتخذة ضمن نطاق عملهم، تقوم منظمة مراسلون بلا حدود بإعارة خوذات، سترات واقية من الرصاص ومنارات الطوارئ، وتقدّم دورات تدريبية على الأمن السيبراني بالإضافة إلى بوالص لتأمين المراسلين في مهمة.

➜ للتحقق من توافر المعدات، راسل **secretariat@rsf.org**

تؤمن منظمة مراسلون بلا حدود أيضًا، من خلال الشراكة مع أمريكان إكسبريس، المساعدة الهاتفية في حالات الطوارئ 7/7 أيام، 24/24 ساعة. من خلال الاتصال ب «SOS برس» على 14 74 77 47 1 33 + أو عن طريق زيارة مكتب محلي للأمريكان إكسبريس، يمكن للصحفيين في حال الخطر الاتصال بسرعة بأحد المسؤولين في منظمة مراسلون بلا حدود القادرين على تقديم المشورة وبعض العناوين وانذار السلطات المحلية أو القنصلية أو اتخاذ مبادرات أخرى كما تفرض الحالة.

دليل لجميع الجهات الفاعلة في المعلومات

أخيرًا، وضعت منظمة مراسلون بلا حدود للصحفيين هذا الدليل العملي، الذي يُنشر بالتعاون مع اليونسكو، وتمت ترجمته إلى عدة لغات. هذا الدليل يتوجه خصيصًا للصحفيين الذين يعملون في المناطق الخطرة، ويقدّم نصائح عملية لتجنب مزالق «الميدان»، ويذكّر بالمعايير القانونية الدولية التي تحمي حرية الصحافة.

لا يدّعي هذا الدليل الشمولية أو العصمة، لكنه يجمع النصائح العملية الواجب اتّباعها قبل وأثناء وبعد القيام بمهمة في مناطق خطرة، وهو

موجّه إلى كل الجهات الفاعلة في المعلومات. في الواقع، إن اغتيال الصحفيين الأمريكيين جيمس فولي وستيفن سوتلوف عام 2014، اللذين كانا يعملان لحسابهما الخاص في سوريا، أبرز للأسف مخاطر أكبر بكثير للصحفيين المستقلين الذين يسافرون بمفردهم على أراضٍ معادية.
في شباط/فبراير 2015، في نيويورك، اتّفقت مجموعة منً حوالي ستين وسيلة إعلامية وأجهزة لحماية الصحفيين – بما في ذلك منظمة مراسلون بلا حدود – على قواعد السلامة لتعزيز التعاون في وسائل الاعلام مع الصحفيين المستقلين العاملين في المناطق المعرضة للخطر. سوف تجدون في الفصل الخامس تفاصيل هذه المبادرة الدولية، فضلاً عن أمثلة للجهود التي يبذلها العديد من المحررين لتحسين سلامة صحفييهم.

■ الفصل الأول:
المخاطر على نحو متزايد

بالنسبة للصحفيين، البعثات التي تكون على «نسبة عالية من الخطورة» تتوافق مع الحالات التي يكون فيها احتمال التعرّض للسلامة الجسدية (وفاة أو إصابة أو مرض خطير) أعلى بكثير من المعتاد. قد تكون:

- البيئات العدائية: الدكتاتوريات، ومناطق الصراع والتمرد والجريمة، وأيضًا المناطق ذات المناخ أو التضاريس القاسية (الغابة، والمناطق القطبية والصحراوية)
- الأحداث الخطرة: مظاهرات عنيفة، وأعمال شغب والهجمات الإرهابية والحوادث الكيميائية والبيولوجية والنووية والكوارث الطبيعية (الزلازل والأعاصير والفيضانات، إلخ.) أو الأوبئة.
- أنشطة عالية المخاطر: التحقيقات عن الجماعات الإرهابية، المافيا، المتطرفين الذين يمارسون العنف و/أو البعثات التي تتطلب العمل متخفيًا.

استهداف الصحفيين

منذ عام 2005، أكثر من 750 صحفيًا قتلوا ضمن أو بسبب عملهم. وقد تمّ استهدافهم لأنهم صحفيون ولأن تقاريرهم وتحقيقاتهم تهدّد الدعاية من جانب واحد أو آخر. مثال مظلم لهذا القمع: سوريا، التي تتصدّر منذ عام 2012 الدول الأكثر دموية بالنسبة للصحفيين، فالكثير من المحررين يترددون في إرسال طاقمهم بسبب المخاطر من التعرض للاختطاف، أو حجز رهينة أو حتى قطع الرأس.

أدّى التقدم المبهر لتكنولوجيا المعلومات والاتصالات إلى ظهور مخاطر جديدة للصحفيين: رصد أنشطتهم واعتراض بياناتهم. الأمن السيبراني هو تحد يتطوّر باستمرار. لقد أفردنا له فصلاً مستقلاً في هذه الطبعة (الفصل الرابع).

النساء الصحفيات: استهداف مزدوج

أدّى دخول العنصر النسائي إلى الصحافة إلى نشوء خطر آخر ألا وهو التحرش والعنف الجنسي. الهجوم العنيف على مراسلة حرب لشبكة سي بي اس في ميدان التحرير في القاهرة عام 2011 ساعد في رفع محرمات العنف الجنسي التي قد تكون النساء الصحفيات ضحيّته. وفقًا لدراسة أجرتها مؤسسة الإعلام الدولية للمرأة (IWMF) على 977 صحفية بين آب/أغسطس 2013 وكانون الثاني/يناير 2014، واحدة من اثنين ممّن شملهنّ الاستطلاع أقرّت أنها تعرضت للتحرش الجنسي ضمن عملها. على الرغم من أنهن يؤدين في معظم الأحيان عملهنّ في المكتب، تظهر هذه الضغوطات عند تحضير التقارير أو في المؤتمرات الصحفية. في نفس الدراسة، أقرّت واحدة من أصل سبعة شملهن الاستطلاع أنها تعرضت للاعتداء الجنسي على الصعيد الجسدي – ومعظمها من الملامسات – وثمانية من أصل عشرة لم يتجرّأن على الإبلاغ عن الاعتداءات.

اعتبرت المديرة العامة لليونسكو، إيرينا بوكوفا، أن العنف ضد الصحفيات هو «هجوم مزدوج» – بسبب جنسهن ومهنتهنّ – ولمواجهة هذه الظاهرة، سلّط مجلس الأمن التابع للأمم المتحدة في قراره 2222 من 27 أيار/مايو 2015 الضوء على «المخاطر الخاصة» التي تتعرّض لها الصحفيّات والعاملات في وسائل الإعلام ضمن عملهنّ، ودعا إلى الأخذ بعين الاعتبار هذه المخاطر بحيث يتم أخذ التدابير اللازمة لضمان سلامتهن في فترة الصراع المسلّح.

وأمام هذا الواقع، وبفضل نصائح الصحفيات من ذوات الخبرة، يقدّم هذا الدليل على مرّ فصوله توصيات عملية للنساء العاملات في الميدان.

■ الفصل الثاني:
التحضير جيدًا للمغادرة

قبل الذهاب في مهمة في منطقة معرضة الخطر، عليك أن تكون مستعدًا على الصعيد الجسدي والعقلي واللوجستي. وهذا يتطلّب جمع المعلومات، وتقييمًا دقيقًا للمخاطر، وتحديد الوسطاء والأشخاص الذين يمكن الوثوق بهم ووضع بروتوكولات الأمن وبروتوكولات التواصل أثناء التنقل.

1. معرفة الميدان وتقييم المخاطر

احصل على أكبر قدر من المعلومات عن المنطقة التي تنوي السفر إليها: الإطار الأمني والاجتماعي والسياسي والصحي والمناخي ووسائل الإعلام والبنى التحتية، الخ. تعّرف على ثقافة وعادات ولباس وسلوك المنطقة: هذا سوف يساعدك على فهم أفضل لهذه البيئة وعلى اندماجك بها.

لجمع الحدّ الأكبر من المعلومات، يمكنك الرجوع إلى:

- وسائل الاعلام المحلية، الزملاء المتواجدون في الميدان أو الذين كانوا هناك سابقًا: علاقاتك سوف تساعدك على العثور على وسيط وسائق وسكن وطرق ينصح بسلوكها. هناك أيضا على شبكات التواصل الاجتماعي مجموعات مناقشة بين الصحفيين لتبادل النصائح (على سبيل المثال: Vulture Club في الفيسبوك عبر دعوة خاصة لدخول الصفحة).
- السلطات الدبلوماسية لبلدك وممثلي الأمم المتحدة

والمنظمات غير الحكومية العاملة في المنطقة.

- الباحثين وعمال الإغاثة والجيش الذين هم على علم جيد بالميدان.
- الصحفيين الأكثر خبرة: كيف كانوا سيعالجون هذه المهمة ؟

اسأل عن التراخيص وشهادات الاعتماد الواجب الحصول عليها للدخول إلى البلد أو المنطقة. يمكن لبعض الخطوات أن تكون شاقة، ولكن عند وصولك إلى البلد المقصود وفي حال صادفت نقطة تفتيش، ستشعر حتمًا بالارتياح لحيازتك المستند المطلوب.

⚠ قيّم المخاطر بعناية

قبل المغادرة، اسأل نفسك الأسئلة التالية:

- هل لديّ ما يكفي من المعلومات عن الميدان؟
- هل اهتمام الصحافة للموضوع يبرّر حقًا المخاطر التي سأتعرّض لها؟
- ما هي المخاطر المحتملة، وكيف خططتُ للتعامل معها؟
- هل وضعت بروتوكولاً للبقاء على اتصال مع إدارة التحرير ومع أقربائي؟
- هل أرغب حقًا بالذهاب ؟ وهل أنا على استعداد جسديًا ونفسيًا؟

⚠ **اعرف حدودك:** إذا شعرت أنّ مهمة ما بدت صعبة عليك وأنك لا تنوي الذهاب، تحدّث مع مديرك أو مع قريب. استمع إلى حدسك، لا تجبر نفسك على شيء.

إن هيئة الإذاعة البريطانية، كما روري بيك ترست، منظمة لمساعدة الصحفيين المستقلين، توصي بإجراء تقييم خطي للمخاطر المتوقّعة ضمن نطاق المهمة، بالإضافة إلى اتخاذ تدابير للحدّ من خطرها، إن كانت صحية، مناخية، لها علاقة بالبنى التحتية، بالحشود، بالقتال، بخطر الاختطاف والاعتداءات والخ.

الروري بيك ترست (www.rorypecktrust.org) والمعهد الدولي لسلامة الأخبار INSI (www.newssafety.org) يقترحون على مواقعهم الالكترونية قوائم وأمثلة عن مستندات لتقييم المخاطر ولوضع بروتوكول التواصل مع إدارة التحرير والاتصالات الرئيسية الأخرى (لإبقائهم على علم بحالتك وإطلاق حالة تأهب في حالة الطوارئ).

الصحفي «المرافق»: ما هي المخاطر؟

لتغطية النزاع المسلح في منطقة قريبة من القتال، يُوصي العديد من الصحفيين، لأسباب تتعلق بالسلامة، بالطلب من القوّات الموجودة (الجيش النظامي أو الجماعة المتمردة) التنقل معها وقت إعداد التقارير وحمايتهم. إلا أن هذا الأمر يشكل خطرًا في أن تكون هدفًا لإطلاق النار أو للهجمات من الفريق الآخر. لذلك فمن المستحسن للصحفيين «المرافقين» (embedded باللغة الإنجليزية) توخّي الحذر في مناطق إطلاق النار، وتبيان في جميع الأوقات اختلاف زيّهم عن الزي العسكري، والظهور مع عبارتي «PRESS» أو «TV». وللتذكير، بموجب المادة 79 من البروتوكول الإضافي الأول لاتفاقيات جنيف (انظر الملحق الأول)، يعتبر الصحفيون العاملون في مناطق النزاع مدنيين وتوجب حمايتهم بهذه الصفة، شريطة ألاّ يأخذوا طرفًا في الأعمال العدائية.

2. الاحتياطات الصحية

لا تذهب إلى منطقة خطرة إلاّ إذا كنت في صحة بدنية ونفسية جيدة. تحضّر جيدًا لرحلتك: بعض اللقاحات يجب أن تؤخذ قبل ثلاثة أسابيع من المغادرة.

- ✔ قم إجراء فحص طبي كامل.
- ✔ استشر طبيب الأسنان (لمنع وجع الاسنان في منطقة حرب!)
  حدّث لقاحاتك، سجّلها في دفتر التطعيم الدولي الخاص بك.
- ✔ اعرف فئة دمك وأي حساسيات تعاني منها.
- ✔ دوّنها في بطاقات التعريف عنك.

إذا كنت تقوم بأي علاج، تأكد من أن:

- لديك نسخة عن الوصفة الطبية الخاصة بك مع التسمية الدولية للأدوية،
- لديك ضعف كمية الدواء اللازمة للمدّة المتوقعة لإقامتك،
- ابقاء الدواء في متناول يدك.

اللقاحات «الكلاسيكية» الواجب تحديثها:

- الدفتيريا والكزاز وشلل الأطفال
- السعال الديكي
- الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية

لائحة بالتطعيمات حسب كل بلد: البعض منها إلزامي، انظر الموقع الإلكتروني لمعهد باستور الفرنسي

- الحمى الصفراء (افريقيا جنوب الصحراء الكبرى والأمازون)

- حمى التيفوئيد (البلدان النامية)
- التهاب الكبد A (البلدان النامية)
- التهاب الكبد الوبائي B (الاغتراب الطويل)
- داء الكلب (أماكن معزولة)
- التهاب الدماغ الياباني (الإقامة الريفية في الهند وجنوب شرق آسيا)
- التهاب الدماغ التي ينقلها القرود (المناطق الريفية المعتدلة من أوروبا الوسطى والشرقية)
- التهاب السحايا بالمكورات السحائية A+C+W135+Y (الساحل (افريقيا)، إلزامي لمكة المكرمة)
- الحصبة في بعض البلدان

قراءة التوصيات بحسب كل بلد في **www.pasteur.fr**

الوقاية من الملاريا

الملاريا مشكلة صحية عامة في جميع أنحاء العالم، وتصيب بشكل رئيسي سكان البلدان الاستوائية، وخاصة أولئك الذين يعيشون في أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى. تعدّ منظمة الصحة العالمية (WHO) سنويًا حوالي 200 مليون حالة من الملاريا تسبب أكثر من 000 500 حالة وفاة. يجب أن تأخذ طرق الوقاية ضد الملاريا بعين الاعتبار المنطقة الجغرافية وفترة الاغتراب، وهذا ينطبق أيضًا على السائح. تقوم الوقاية على:

- الحماية من لدغات البعوض (طارد الحشرات والناموسيات)
- تناول الأدوية الوقائية (يوم المغادرة ويستمرّ عند العودة من المهمة)
- تشخيص الحمى ومعالجة هجمات الملاريا.

3. التدريب على الإسعافات الأولية والمناطق «المعادية»

من المستحسن القيام بدورة في الإسعافات الأولية يليها دورات منتظمة. هذا التدريب – التي يوفّره الصليب الأحمر أو الحماية المدنية – يعلّمك، عند مواجهة حالات الطوارئ، حركات الإسعافات الأولية. كما تقدّم هيئة الاذاعة البريطانية على موقعها على الانترنت «بي بي سي أكاديمي» فيديو يظهر بعض الحركات المنقذة، ولا سيما في حالات النزيف الخطير للأعضاء السفلى أو في الجروحات الصدرية.

بعض إدارات التحرير وبعض شركات التأمين تشجع الصحفيين على حضور تدريب على إعداد التقارير في منطقة «معرّضة للخطر»، يستمر لعدّة أيام بإشراف عسكريين سابقين. يتمّ خلالها تعليم الصحفيين، على سبيل المثال، كيفية الكشف عن الألغام والتحرك في منطقة قتال ويتم اختبارهم في محاكاة عمليات الخطف. وتُنَّظم هذه الدورات بشكل رئيسي من قبل مجموعات خاصة، كما أن وزارة الدفاع الفرنسية تنظم تدريبين سنويًا مجانًا. منظمة RISC (risctraining.org) تقترح أيضا تقديم دورات مجانيّة، بتمويل من التبرعات، للصحفيين المستقلين العاملين في المناطق المعرضة للخطر. انظر لائحة المنظمات في الملحق السابع.

4. الأمور المالية، والأوراق الشخصية، والأسرة: غادر مرتاح البال

التأمين

من الضروري، في حال كنت تعمل كصحفي مستقل، التأكد أن لديك التأمين الذي يغطّي المرض والإعادة إلى الوطن والعجز والوفاة. خذ وقتك للمقارنة بين العروض والتأكد من أن بنود العقد متوافقة مع شروط مهمتك: بعض العقود لا تغطي مخاطر الحرب أو الإرهاب أو حتى

المظاهرات. استفسر أيضًا عن إمكانية تعديل بوليصة التأمين أثناء المهمة، على سبيل المثال لإضافة دولة جديدة أو فئة جديدة من المخاطر. احتفظ بعنوان ورقم هاتف الطوارئ لشركة التأمين الخاصة بك واعرف ما هي الإجراءات الواجبة لتقديم طلب لإعادتك إلى بلدك في حال وقوع حادث أو أي مشكلة صحية. بلّغ هذه التفاصيل إلى جهات الاتصال الرئيسية بك قبل ان تغادر.

➜ اعلم أن منظمة مراسلون بلا حدود تقترح بوالص تأمين مصمّمة خصيصًا للصحفيين في مهمات خطرة (انظر الملحق السادس).

الأمور المالية والميراث والحياة الشخصية

أنهِ قبل مغادرتك كل الإجراءات المالية أو الإدارية التي يمكن أن تشغل بالك خلَال مهمتك: الاقرار الضريبي، تأمين في حالة الوفاة، الخ.
حاول قدر الإمكان تسوية كل خلاف عائلي أو مع أحد الأصدقاء قبل أن تغادر لتجنّب المشاجرات التي سوف تؤثر على نفسيّتك وعلى تركيزك أثناء مهمتك.

الأمن الرقمي

إذا تم اختطافك أثناء مهمتك، أول ما يمكن أن يقوم به الخاطفون هو كتابة اسمك في محرّك البحث على الانترنت لمعرفة المزيد عنك. لذا فإننا ننصح بإجراء مسح شامل للبيانات (انظر الفصل الرابع):

- غادر مع هوية رقمية فارغة قدر الإمكان، على الانترنت أو على المعدات الخاصة بك (الحاسوب والهاتف الذكي).
- حدّد المخاطر وما هي بياناتك الأكثر حساسية.
- قم بتنزيل برامج حماية الأمن السيبراني وأتقن استخدامها.

وأخيرًا، قد يحصل أن تخسر بطاقات التعريف عنك أثناء مهمتك، ولكي

تثبت للخاطفين المحتملين أنك صحفي ولست جاسوسًا، يفضّل أن تقوم بإنشاء صفحة ويب شخصية قبل المغادرة وتأمينها بواسطة كلمة مرور، يمكنك تحميل عليها بعض الوثائق الشخصية (بطاقة الهوية وجواز السفر ووصفات طبية) ومعلومات عن وضعك كصحفي (بطاقة الصحافة، بيان بالمهمة من إدارة التحرير). لإنشاء هذه الصفحة الآمنة، افتح مدوّنة من نوع wordpress، وقم بإنشاء مقالة أو صفحة، وحمّل مستنداتك الخاصة، ثم في لائحة الخيارات المتقدمة، ضع كلمة سر قبل نشر هذه المعلومات. ببساطة أكثر، يمكنك إنشاء بريد إلكتروني لا تقوم باستعماله بل تحفظ فيه نسخة عن مستنداتك الخاصة في المسودّة (ملاحظة: كلمة السرّ يجب أن تكون مميّزة بحيث تجعل من الصعب تخمين كلمات السر لحساباتك الأخرى). في حال الخطف، يمكنك الطلب من الخاطفين مراجعة هذا البريد الإلكتروني أو زيارة صفحة الويب للتحقق من هويتك.

5. إعداد حقيبة التقرير: القوائم



قم بتحضير حقيبة خاصّة للتقارير في المناطق المعرّضة للخطر

هذه الحقيبة تحتوي على المعدّات الرئيسية الواجب حملها في مناطق معرضة للخطر. قامت بوضعها وكالة فرانس برس، بمساعدة متخصصين، لا سيما من الجيش. من الناحية المثالية، يجب أن تكون هذه الحقيبة الخاصّة جاهزة بشكل دائم، وتستكمل وفقًا للظروف:

- خوذة خفيفة الوزن
- غطاء متساوي الحرارة
- عصي كيمائية ملوّنة مضاءة
- حلقات مستطيلة
- أكياس محمولة للمرحاض
- أداة جيب متعدّدة الاستخدامات
- مصباح يثبت على مقدمة الرأس مع أنوار (أبيض وأحمر أو أزرق)
- حقيبة ظهر متعددة الجيوب مع حلقات لتعليق الملحقات
- قناع واقٍ للغاز
- قناع الطّيران
- قابس كهربائي متعدّد
- تلزيق مقاوم
- سخانات للأيدي وأصابع القدم
- تي–شيرت مضغوط
- نظارات واقية من الرصاص
- مصباح جيب
- مصباح يدوي من دون بطارية
- مصل
- ولاّعة
- أدوات مائدة قابلة للطيّ
- سدادات للأذن


DISPOSA-JOHN
TOE WARMERS



يجب عدم نسيان:

- مفتاحان USB للنسخ الاحتياطي السريع
- شاحن عالمي يمكن وصله بالسيارة
- محول دولي للمنافذ الكهربائية



يُحظّر أي لباس ذات لون عسكري وحمل سكاكين (من الأفضل استعمال أداة متعددة الاستخدامات).



وثائق هامة (ونسخ عنها أيضًا):

- جواز السفر: يجب ان يكون صالحًا لمدة ستة أشهر كحد أدنى. إذا كانت وجهاتك لا تتوافق مع تأشيرات الدخول إلى بلد معيّن من الأفضل أن تحمل جواز سفر ثانٍ.
- بطاقة الصحافة
- بطاقة تبيّن بها فئة دمك والحساسيات التي تعاني منها
- بطاقة التطعيم الدولية
- رخصة القيادة الدولية
- خرائط الطريق، خرائط المدن
- قائمة بجهات الاتصال الخاصة بك في حالات الطوارئ (ادارة التحرير، السلطات القنصلية، المستشفيات، شركة التأمين، الخ)
- عُمُلات محلية ودولية صغيرة موزّعة في عدة جيوب

اللباس: متحفّظ، مقاوم، ومناسب للمناخ

- أحذية للمشي عالية، مريحة، صلبة، مقاومة للماء
- بنطلون خفيف، لون محايد (تجنب اللون الكاكي)
- تي شيرت أو سترة/قميص واسع للنساء
- سترة بلون محايد (غير الكاكي)
- ملابس مقاومة للماء

- وشاح للحماية (من الرمل والغاز المسيل للدموع وغيرها)
- سوار مع مؤشر لفئة الدم
- تجنب الأشياء الثمينة (ساعة، سوار، خاتم)
- اشارة صافرة في حالة العدوان أو للإشارة إلى مكان التواجد

تنصح وكالة فرانس برس بإعداد حقيبتين. وذلك للقدرة على الركض 500 متر مع الحقيبة على الظهر. لذا على الحقائب ألاّ تكون ثقيلة جدًا وأن يكون لها جيوبًا عديدة. يمكن ترك الحقيبة الأولى في غرفة الفندق (يجب عدم وضع أشياء حساسة داخلها)، والحقيبة الثانية يحملها الصحفي دائمًا. لا تنسَ أن كل ما لا يمكن الوصول إليه هو غير نافع!

في الحقيبة الأولى يجب تجهيز:

- كيس للنوم يتكيف مع درجة الحرارة (+ ناموسية في المناطق المعرضة للملاريا)
- أحذية بديلة خفيفة الوزن (أحذية رياضية، للركض)
- بنطالون للغيار
- قميص للمناسبات الرسمية
- 3 أو 4 ملابس داخلية
- النظافة الصحية: الصابون وفرشاة الأسنان، معجون الأسنان، منشفة شمواه (تجفيف سريع)
- فوط صحية للنساء
- علب محارم صغيرة
- قفل مع رمز
- غراء سريع اللصق لإصلاح المعدات الصغيرة المعطلة
- عدة خياطة صغيرة
- أكياس بلاستيكية صغيرة زيبلوك لتخزين كل شيء بطريقة مغلقة

الحقيبة الثانية الذي ينبغي أن تحتوي على معدات الحقيبة الخاصة:

- وثائق هامة ومال
- عدة الهاتف: الشاحن والبطارية، محول كهرباء دولي.
  رقم الطوارئ مُسجل عن طريق مفتاح الاختصار.
- بوصلة
- خريطة جغرافية، خريطة طرق
- دفتر وأقلام
- للوقاية من الشمس: نظارات شمسية، قبعة، كريم
- مرهم مائي–كحولي لتطهير اليد
- أقراص تنقية المياه
- مضاد للبعوض
- مناديل ورقية رطبة
- أكياس زيبلوك صغيرة لتخزين كل شيء بطريقة مغلقة
- معدات السلامة:
  - شعار الصحافة (رباط يد أو أي نوع آخر قابل للإزالة)
  - شريط لاصق يمكن أن تكتب عليه PRESS أو TV
  - معدّات واقية: الدروع الواقية للرصاص أو لمكافحة الشغب، خوذة
  - واقيات للأذن
  - نظارات سباحة (حماية ضد الغاز المسيل للدموع)
  - قناع للفم والأنف
- معدات نجاة:
  - سكين سويسري
  - ولاّعة
  - مصباح يثبت على مقدمة الرأس مع بطاريات إضافية أو مصباح يدوي
  - ألواح غذاء ذات طاقة عالية
  - مياه معبأة في زجاجة
  - حبل
  - بطانية

عدّة الإسعافات الأولية:

- الأدوية: المسكنات، مضادات للإسهال، مضادات حيوية، مضادات للتشنج، مضادات للحساسية، مضادات للملاريا. من الأفضل استعمال الأدوية التي يمكن تناولها من دون ماء.
- عصبة لوقف النزيف في حالات الطوارئ: عملية وخفيفة ويمكن استعمالها بيد واحدة (وبالتالي على الذات)
- وسادة صغيرة ضاغطة لوقف النزيف – تُفَضَّل على العصبة – ولعلاج إصابات الرأس والعنق والجذع
- مطهر لتطهير الجروح
- قطب لاصقة للجروح
- كمادات معقّمة
- ضمّادات طبية
- لاصق للجرح
- ضمادات قابلة للقصّ
- مقص للطوارئ (قطع الملابس والضمادات)
- ضمّادة ضغط
- عصابات قابلة للتمدّد
- كريم للحروق
- أكياس باردة فورية (لتخفيف الكدمات والالتواء، الخ)
- قناع وقائي للتنفس
- قفازات فينيل (حماية)
- مصل لغسل العينين / الأنف
- دبابيس
- ملقط طبّي
- كيس لجمع النفايات

تذكّر

لإعداد مغادرتك بطريقة جيدة

- ✔ حدّث تطعيماتك، كن في صحة جيدة ومدرّبًا (الإسعافات الأولية والأمن).
- ✔ قيّم مخاطر مهمتك واستعدّ للأسوأ.
- ✔ أعلم واحمِ أقرباءك.
- ✔ ضع قوائم لإعداد حقيبتك.

■ الفصل الثالث:
ضمان الأمان أثناء المهمة

إن إطار كل تقرير صحفي هو فريد من نوعه إلا أنّ بعض المبادئ العامّة تبقى صالحة:

- التواضع: الثقة الزائدة بالنفس هي أمر خطير. اعتبر كل مهمة كما لو أنها كانت الأولى. كن متواضعًا ومحترمًا (للآخرين وللعادات المحلية).
- التحضير: استبق المخاطر. تعرّف قدر الإمكان على ثقافة البلد والمنطقة لكي تتأقلم مع بيئتك الجديدة. إلى جانب الاختلافات الجسدية، بعض الاختلافات السلوكية قد تخونك في بعض البلدان. على سبيل المثال: التدخين خلال شهر رمضان، مدّ اليد لإلقاء التحية على امرأة، الخ.
- الفطرة السليمة: استمع إلى حدسك. ابقَ حذرًا ومتحفّظا ومنتبهًا لإشارات الإنذار. لا تجعل الأدرينالين أو السباق للشهرة يغلبانك: تقرير مصوّر أو صورة لا يستحقان أن تضحي بحياتك.

1. السكن والسفر والاتصالات

يُفضّل أن يقوم زميلك، الوسيط أو أي شخص يمكنك الوثوق به بانتظار وصولك (إلى المطار على سبيل المثال) بطريقة متحفّظة. ويمكن أيضًا لهذا الشخص تقديم النصيحة لك في الخطوات التالية.

أ- اختيار مكان الإقامة

يجب أن يكون المعيار الأول لاختيار مكان الإقامة هو قدرتك على العمل بأمان. قد يكون فندقًا أو سكنًا خاصًا، ولكن الأهم هو أنه يضمن لك المأوى. في بعض الحالات، من الأفضل السكن في فندق دولي خاضع لحماية مشدّدة، حيث يمكنك التعرّف على صحفيين آخرين. ولكن في حالات أخرى، قد يكون هذا النوع من الفنادق يستضيف بانتظام قادة سياسيين ودينيين، ما يجعله هدفًا رئيسيًا للهجمات، في حين أن فندقًا صغيرًا أو السكن في منزل مواطن قد يتيح لك العمل بهدوء وتكتّم. إذا كان ذلك ممكنًا، حدّد أماكن إقامتك قبل مغادرتك أثناء إعدادك للرحلة. (انظر الفصل الثاني).

بعض النصائح الأساسية: تجنّب السكن في بيت، في بناية أو فندق في منطقة نائية، في شارع باتجاه واحد أو طريق مسدود. تجنّب السكن في الطابق الأرضي أو في غرفة مع شرفة (خطر التسلل). لا تضع اسمك على مدخل سكنك.

بعض المعايير لاختيار فندق، إذا كانت لديك هذه الرفاهية: مراقبة المداخل ليلاً ونهارًا، توفّر الإضاءة الخارجية، أبواب ونوافذ وأقفال صلبة، وفتحات في الأبواب للرؤية، القرب من الطريق العام أو المطار لمغادرة المدينة بسرعة إذا لزم الأمر. تجنب الغرف على الواجهة الرئيسية للمبنى أو مقابل موقف السيارات (خطر الهجوم). قم بتفضيل الجزء الخلفي من المبنى أو الذي يطلّ على الساحة وحدّد المخارج الممكنة.

عند الوصول إلى الفندق: حدّد المداخل ومخارج الطوارئ. تحقّق من إغلاق الأقفال ودُرف النافذة والستائر عند حلول الظلام. تأكّد من هوية أي شخص قبل أن تفتح له الباب. إذا كان خطر التعرّض لهجوم أو لانفجار كبيرًا، أبعد سريرك عن النافذة (خطر الزجاج المكسور). جهّز دعّامة من الداخل لمنع الدخول إلى غرفتك أو جهّز إنذارًا يعمل في حالة التسلل.

حدد غرفة آمنة («safe room») يمكن اللجوء إليها عند الضرورة للاحتماء من الطلقات النارية، الشظايا والمعتدين: دون نافذة (مثل الحمام)، تحتوي على مخزونات (ماء وطعام وطاقة) ووسيلة اتصال (هاتف).

➜ ملاحظة: أَبقِ في بالك أن خصوصيّتك ليست حقًا مصونة وأن خزنة حديدية لا يمكنها ضمان سرية وثائقك أو معدّاتك. قم بتشفير بياناتك وتأمين حاسوبك وهاتفك (انظر الفصل الرابع في مجال الأمن السيبراني). وأخيرًا، حاول الحفاظ على ترتيب غرفتك للتمكن من كشف أي اقتحام.

ب- اختيار السائق، السيارة وطريقة التنقل

اختيار السائق: قيّم خبرته، ومدى تعبه (لوحة ترخيصه تدلّك إذا أتى من مسافة بعيدة)، ضع عينيك نصب عينيه. كن حازمًا، وإذا كانت قيادته خطيرة، لا تفترض أن هذا أمرًا عاديًا في البلاد فإن حياتك هي بين يديه.

اختيار السيارة: غالبًا ما يكون نوع السيارة الأكثر مبيعًا في المنطقة خيارًا جيدًا للاندماج بين الحشود. قم بكل المراجعات الأساسية للسيارة (الحالة العامة والإطارات ومستوى الزيت، والفرامل، عجلة احتياطية، رافعة للسيارة). عند اختيارك للسيارة، فرانس ميديا موند تنصحك بأخذ صورة جماعية مع السائق والسيارة – نوع ولوحة الترخيص واضحتان للعيان – وإرسالها إلى جهة الاتصال في بلدك. قد تكون هذه الصورة مفيدة في حالة اختفاء أو اختطاف.

⚠ تعليمات عند التنقل:

- تجنب الروتينية (الجداول الزمنية، الطرقات، الأماكن) التي من شأنها أن توقعك بالفخ بسهولة.
- قبل التنقّل، قم بإخبار جهة الاتصال في بلدك.
- لا تعط المسار الذي ستسلكه للسائق قبل الدخول إلى السيارة وإغلاق الأبواب وتشغيل السيارة. وإذا كان ذلك ممكنًا، أعطه

البرنامج اليومي تدريجيًا.

- اتفق مع سائقك الخاص على إشارة خاصة لكي يلفت انتباهك في حال الخطر ويطلب منك عدم الاقتراب من السيارة.
- إذا صدف وجود سائق آخر مكان السائق المكلّف من دون أن يكون ذلك متوقعًا، لا تصعد إلى السيارة، حتى ولو كان ذلك يكلّفك التخلي عن تقريرك.
- وأيضًا، غياب وسيطك عن حضور اجتماع مُتفّق عليه مسبقًا قد يكون علامة على وجود مشكلة أو خطر وشيك: انتظره وأجّل مخطط عملك، ولكن لا ترحل دونه ولا تأخذ وسيطًا آخر على عجل.
- عند العمل ضمن فريق، يجب أن يكون أحد الأعضاء مسؤولاً عن مراقبة السيارة والوقود بانتظام طوال البعثة، وفي كل عملية تنقّل.
- أثناء القيادة، أبق الأبواب والنوافذ محكمة الإقفال ولا تلتصق بالسيارة الأمامية. انتبه من الحوادث الوهمية (الفخاخ التي تجبر الآلية على التوقّف).
- تجنّب الوقوف في أماكن غير خاضعة للرقابة.
- لا تثق ثقة عمياء بالسائق. كن قادرًا دائمًا على تحديد مكان وجودك في المكان والزمان (احتفظ بخريطة ونظام تحديد المواقع GPS).

ج- الاتصالات مع بلدك

اتبع بدقة البروتوكول الذي قمت بإعداده لإبلاغ جهة الاتصال الرئيسية الخاصة بك بانتظام (إدارة التحرير والزملاء والعائلة) بمشاريعك، بتنقلاتك وبالصعوبات المحتملة. جهّز خطة ثانية بديلة في حال عدم تمكّنك من الاتصال بهم كما كان مخططًا له.

← تحذير: لا تُكثر الحديث على الهاتف، وأمّن اتصالاتك (انظر الفصل الرابع) للحدّ من خطر الاعتراض والمراقبة الرقمية.

لكي تجد حياة شخصية مستقرة وهادئة يوم عودتك، حاول البقاء قدر الإمكان على اتصال وفي علاقة جيدة مع عائلتك. حاول أن «تنقطع» عن مهمتك أثناء التحدث إليهم. أبقِ في ذهنك أن الصعوبات التي يواجهونها – ولو كانت تبدو لك تافهة – لَيست أقلّ قيمة من القصة التي تعيشها ومن الانفعالات النفسية التي تواجهها في الميدان. في الواقع، مجتمعك لا يتوقف عن إدارة المتاعب اليومية في غيابك التي قد يكون سببها في بعض الأحيان هو غيابك !





تذكّر

عند وصولك

- اختر بعناية وسيطك، سائقك، ومكان إقامتك.
- تجنب الروتين والسير بمفردك.
- تواصل بذكاء مع إدارة تحريرك وأقربائك.

2. احتياطات السلامة في منطقة قتال

أ- التنقّل

التنقلات في مناطق القتال هي حساسة جدًا. يجب أن تُحضّر مسبقًا وبطريقة دقيقة.

قبل التنقل:

- قم بإعداد وفحص أو الطلب من أحد بفحص سيارتك: الحالة العامة، الوقود، معدات الاصلاح، وقطع الغيار الصغيرة...
- قم بإعداد أوراقك الإدارية (أوراق الاعتماد المحلية، إذن المرور...)
- قم بإعداد حقيبة «عدّة النجاة»: ملابس دافئة، وكيس النوم، إسعافات أولية، مياه، طعام.
- قم بدراسة المسار على خريطة.
- تعرّف على المناطق المعرّضة للخطر من خلال الزملاء والسلطات والمنظمات غير الحكومية، الخ.
- حدّد مواقع نقاط التفتيش ومن يتولّى إداراتها. تعرّف على إشارات التحذير التي يستخدمها الجيش والإجراءات التي تُتبع في حالة تفتيش.
- تحقّق من مواعيد حظر التجوّل.
- إذا كنت مضطرًا للنوم خارجًا: نم في السيارة واقفلها من الداخل. إذا كنتم أكثر من شخص، قوموا بدورات مراقبة.

خلال التنقل:

- حاول أن تَتّبع المسار والمواعيد المحددة، وابقَ على تواصل مع إدارة التحرير أو زملائك بانتظام. إذا كان ذلك ممكنًا، جد مسبقًا أمكنة للنوم، بعض العناوين أو بعض الزملاء للانضمام إليهم. تجنّب القيادة ليلاً.
- لا تحمل أو تستعمل أشياء قد تكون مدعاة للّغط في دورك

كمراقب محايد: مناظير، ثياب عسكرية، أجهزة إشارة، وأسلحة، الخ.

- إذا كنت تتنقل ضمن قافلة (عسكرية أو إنسانية)، اتبع تعليمات قائد القافلة.
- التنقّل ليلاً سيرًا على الأقدام:
- بشكل عام، تجنّب إلى أقصى الحدود العمل في الليل، لأنه يصبح من الصعب تحديد هويتك ويمكن أن يتمّ الخلط بينك وبين مقاتل.
- التخفّي في التنقّل هو أولوية. يجب أن تكون ملابسك مناسبة (ألوان داكنة).
- احرص على إطفاء هاتفك ومعدات التصوير والإذاعة والتسجيل. انتبه لكل ضوء أو صوت تصدره.
- اتبع المناطق المظلمة، لا تتردد في سلك الطرق الالتفافية، توقّف بانتظام للمراقبة والاستماع. إذا كنت تعمل ضمن فريق، حدّدوا نقاطًا للتجمّع.
- عند مواجهتك لضوء (مصباح يدوي، ضوء كشاف)، اندفع على الأرض وانتظر اطفاء الأنوار.

ب- نقاط التفتيش (الحواجز)

نقطة التفتيش هي عمومًا حاجز سير يديره حراسًا، قد يكونون من القوات المسلحة النظامية أو غير النظامية (قطّاع طرق، متمردين أو ميليشيات). تسعى القوات النظامية عمومًا لإيقاف السيارة لتفتيش ركابها والتأكد من وثائقهم ولمطاردة التجارات غير المشروعة. القوات غير النظامية تسعى إلى ابتزاز الأموال والمعدات أو حتى للاستيلاء على السيارة أو القبض على ركابها. عند اقترابك من نقطة تفتيش، حاول تصنيف الحرس: مسلّحون قليلاً أو كثيرًا، نوع ملابسهم (عادية أو ميليشياوية)، من ذوي الخبرة أو مبتدئين (غالبًا ما يكون الشباب أكثر تقلبًا وعصبية)، والى أي درجة هم ثملون، عصبيّون وعدوانيّون وكن مستعدًا.



نصائح عامة:

- ابقَ متيقظًا على حالة السير على الطريق: إذا قامت عدة سيارات أمامك بالالتفاف من دون تفسير، قد يكون هناك دليل على وجود حاجز خطير في الأفق.
- عندما تقترب من نقطة تفتيش مجهولة، اتصل بإدارة التحرير لإعلامهم بموقعك وقم بتشغيل منارة الإغاثة الخاصة بك.
- إذا شعرت باكرًا أن نقطة التفتيش هذه قد تكون خطيرة وإذا كنت لم تصل بعد إلى نطاق مجال الرؤية أو إطلاق النار، قم بالالتفاف والفرار من المنطقة.
- انتبه، يكون الأوان قد فات إذا تمت رؤيتك بوضوح من قبل نقطة تفتيش، لا سيما إذا كانت هذه الأخيرة تحرسها القوات النظامية (تكون عامة مدربة تدريبًا جيدًا): لا تقم بالالتفاف والاّ سيتم استهدافك فورًا. تقدّم ببطء، كل سيارة على حدة.
- ابقِ الأبواب مغلقة وأخفض نافذة السائق قليلاً للتكلّم مع الحراس.
- ارفع نظاراتك الشمسية، وأبقِ يديك في كل الأوقات مرئية وتجنّب أي حركة مفاجئة. غالبًا ما يكون الحراس في حالة عصبية شديدة.
- كن هادئًا ومهذبًا. كن حذرًا إلى ما تقوله، وخذ بعين الاعتبار أن البعض قد يفهم لغتك.
- قدّم التصاريح المناسبة لنقاط التفتيش المناسبة، خاصة إذا كان لديك عدة تصاريح لجهات متصارعة.
- لا تخرج من سيارتك في حال لم يطلب منك ذلك. لا توقف المحرك.
- إذا اشتدّ الوضع، تفاوض واطلب التحدث إلى القائد.
- كن متعاونًا. اسمح للحراس بالبحث في سيارتك. إذا استولوا على معدّاتك، اجعلهم يشعرون أن هذا الأمر لا يروق لك، ولكن لا تصرّ: حياتك أكثر أهمية من معدّاتك.
- تبعًا للوضع ولتصرّف الحراس، يقوم بعض الصحفيين بتقديم

السجائر والمياه والحلويات أو البقشيش من أجل تهدئة الوضع وعبور نقطة التفتيش.

ج- في منطقة تبادل إطلاق نار

⚠ اعبر في منطقة تبادل إطلاق نار فقط إذا كان الأمر لا مفر منه.

- قبل العبور: ضع خوذة وسترة واقية وحاول إظهار أنك صحفي لكي لا يتم الاعتقاد أنك مقاتل (على سبيل المثال أبرز عبارة PRESS أو TVعلى السيارة وعلى سترتك). ادرس الميدان وموضع الرماة، ارصد واحفظ مسارك لكي تبقى قدر الإمكان محميًا.
- أثناء اطلاق النار: اندفع على الأرض، اختبئ داخل حفرة في الأرض، خلف جدار سميك أو خلف سيارة (انتبه، فقط مقصورة المحرك ومحاور العجلات تحميانك من إطلاق النار). غادر المنطقة بأسرع وقت ممكن عن طريق «الوثبات» (اركض مسافات قصيرة جدًا، حوالي عشرة أمتار)، في حال لم تتم تغطيتك أمنيًا، ابق منخفضًا واركض في تعرجات غير نظامية. إذا كانت الطلقات متتالية، لا تتحرك إلاّ إلى حين التهدئة (وهذا يمكن أن يستغرق وقتًا)، أو أوحِ أنك ميت.

ملاحظات حول القنّاصين: الأسلحة التي بحوزة القناصين تسمح لهم بالوصول الى أهدافهم على بعد 600م في النهار (في بعض الأحيان 1000 م) و 300م في الليل. بشكل عام، يتمركز القنّاص في مبنى له العديد من الفتحات، ولا يتمركزون أبدًا في الطابق العلوي أو في غرفة تقع في الجزء الأمامي من المبنى. قد يجد القنّاصون بعض المخابئ الذكية في سطوح المنازل. ويستقرون أيضًا في عليّات، يحتمون بأكياس الرمل وينشئون مجالاً للرؤية ولإطلاق النار عن طريق إزالة قرميدة واحدة أو اثنتين. من بعيد ، قد تبدو هذه الثقوب في السطوح كآثار قذيفة.

مشكلة صدى الصوت: تصدر الطلقة النارية صوتًا ينتشر في كل الاتجاهات بسرعة تتجاوز 330 متر/ثانية (الرصاصة بسرعة 1000 متر/ثانية). يسهل تحديد مصدر إطلاق النار في بيئة صحراوية مسطحة. الشخص المستهدف يسمع أولاً صوت انطلاق الطلقة (جاف وقصير) في حين أنه لا يسمع الصدى (طويل وأصم) إلا فيما بعد. إلا أن القنّاص الماهر يختار عمومًا موقعًا للرماية بحيث لا يمكن فصل صوت الطلقة بشكل واضح عن الصدى الناجم عنه.

لحماية نفسك من القناصين:

- قم بإعداد تنقلاتك.
- أبرز بشكل واضح أنك صحفيًا، ضع علامة TV, PRESS أينما كان.
- لا ترتدِ الملابس الكاكية أو ذات اللون العسكري لكي لا يُظن أنك مَحارب. انتبه أيضًا إلى طريقة حملك للمعدات: الكاميرات والعدسات قد توحي، من بعيد، أنها أسلحة.
- الأمطار والثلوج والرياح والضباب هم حلفاؤك ضد القناصين.

د- المدفعية والتفجيرات والأسلحة الكيميائية

- أمام طلقات المدفعية الثقيلة والقصف الجوي، يجب أن تحمي نفسك من الانفجار ومن الشظايا/الحطام الناتج عنه:
- في المدينة، قد يتمّ تحذير السكان: يقوم السكان بالهرب أو بالعودة إلى بيوتهم، تُغلق الستائر المعدنية والدرف. انتبه إلى اشارات الانذار.
- لا تستسلم للذعر، وبدلاً من محاولة مغادرة المنطقة، اندفع على الأرض وازحف إلى أقرب ملجأ لحمايتك من الاصطدامات: في حفرة في الأرض أو وسط مبنى، تحت الدرج وبعيدًا عن النوافذ (خطر الزجاج المكسور). تجنب الأقبية والعليّات التي تكون عرضة للانهيار. تأكد من وجود العديد من المخارج. ابق مندفعًا على الأرض واحم رأسك.
- استفد من التهدئة المخصصة لإخلاء الجرحى وغادر المنطقة

بأسرع وقت ممكن: عادة ما يعقب نيران المدفعية هجومًا عسكريًا لوحدة المشاة.

- في الغابة، تكون القذيفة مدمّرة للغاية (شظايا خشب، سقوط حجارة): عند إطلاق النار الكثيف، اختبئ بكل الوسائل الممكنة مستخدمًا ساحة الميدان لإيوائك. اذا كان اطلاق النار في كل الاتجاهات، قم بالفرار سريعًا سيرًا على الأقدام ويجب عليك أن تلتصق بالأرض عند سماعك صفيرًا فهذا يعني أن هناك قذيفة جديدة في طريقها اليك. بعد الانفجار، انهض واهرب. اندفع إلى الأرض مجددًا عند سماعك الصافرة التالية، وهكذا دواليك.

الأسلحة الكيميائية والبيولوجية

انتشار منتج كيميائي أو بيولوجي يأتي عادة من القصف الجوي أو نيران المدفعية الثقيلة. الأعراض التي يجب أن تلفت انتباهك: عدم وضوح الرؤية، وجع رأس فجائي، زيادة إفراز اللعاب وسيلان الأنف.

المبادئ التوجيهية الأساسية هي نفسها كما في حالة التفجير التقليدية: الالتصاق بالأرض، ايجاد مأوى وإخلاء المنطقة. الفرق هو أنه يجب وضع جهازًا واقيًا للتنفس، والصراخ «غاز، غاز» لتحذير الناس من حولك لمغادرة المنطقة بسرعة أكبر. إذا كنت تتجّه لمنطقة كانت هدفًا لهجوم كيماوي، اهرب بعد تحديد اتجاه الريح (لاستباق تنقّل سحابة الغاز).

لمحة سريعة عن الأسلحة ومداها

مقتبس من مادة «تأثير الأسلحة» المعدّ من قبل الأكاديمية السيادية العالمية Sovereign Global Academy التي توفّر التدريب للأمن في مناطق معادية لموظفي فريق فرانس ميديا موند.

- المسدسات والبنادق الآلية (كولت، غلوك، وما إلى ذلك)؛ عيار يتراوح من 6.35 إلى 11;43 ملم ومدى يصل إلى 50 م.
- . هذه الأسلحة خطيرة حتى عدة مئات من الأمتار. تستخدم أكثر في الدفاع عن النفس وليس للهجوم.
- بنادق (AK-47، M4، AK-104، الخ)؛ عيارات مختلفة، هي الأسلحة الأكثر شيوعًا في ساحة المعركة. يصل مداها إلى 300 م، خطيرة حتى 1500 م.
- بندقية قناص أو «القنص» (M21، أولتيما راتيو،الخ)؛ مداها من 50 إلى 300م (وحتى أكثر)، هو السلاح المفضل للحركات المتمردة.
- الرشاشات الثقيلة؛ عيارها يتراوح بين 7.62 و 14.5 ملم ومداها أكثر من 600م.
- قنابل؛ يدوية أو ترُكب على بندقية (مضادة للأفراد أو مضادة للدبابات)، يبلغ قطرها حوالي 30م. يمكن رميها حتى 300م حسب الطراز (قنابل على بندقية).
- قاذفة الصواريخ؛ مدى من 15 إلى 500م للطراز الأقوى.
- قذائف الهاون؛ مدى من 50م إلى 13 كلم (أو أكثر)؛ المنطقة الفتّاكة؛ 35م من نقطة الارتطام.
- مدافع مضادة للطائرات؛ عيار أكبر من 20 ملم (يصل الى 128) ومدى يصل إلى كم ^{2}.
- المدفعية؛ عيار من 20 إلى 800 ملم، مدى يصل إلى عدة عشرات من الكيلومترات.
- الصواريخ؛ مدى يختلف من 100م إلى عدة مئات من الكيلومترات.
- قاذفة الصواريخ المتعددة؛ مدى متغير (يصل إلى 90 كم) وصافرة مميزة



في منطقة الحرب

- ارتد سترة مضادة للرصاص وخوذة وأظهر أنك صحفي.
- أمام نقطة تفتيش، ابقَ هادئًا وتعاون مع الحراس.
- عند إطلاق النار، التصق بالأرض وجد مأوى

3. الألغام والذخائر العنقودية

أ- الألغام

قد يواجه الصحفي ألغامًا في العديد من مناطق النزاع. يكون بعضها موضوعًا على الأرض، مدفونًا قليلاً أو مثبّتًا بواسطة حجارة. وبعض الألغام تعلّق بالأشجار، على حبل على الطريق، أو تكون موضوعة في الماء. يمكن أن ينفجر اللغم عبر سلك (يشتد ويرتخي)، عبر الضغط (انخفاض بالضغط) أو عبر عدّاد (يتم تشغيله تلقائيًا بعد عبور عدد معيّن من الأشخاص والسيارات). يقوم بعض المقاتلين الهواة بتثبيت بعض الألغام في أمكنة لا يمكن التنبؤ بها. أمثلة من المواقع التي يمكن تلغيمها: مناطق النزاع السابقة والمناطق الحدودية، مناطق عسكرية مسكونة أو متروكة، حطام المنازل المهجورة، الجسور والغابات وحقول البور، الحفر وعلى أطراف الطرقات.

 النصائح الأساسية التي ينبغي اتباعها في المناطق الملغومة:

- لا تبتعد عن الشوارع والطرق المرتادة، وحتى للذهاب إلى الحمام.
- لا تتنقل ليلاً: عليك أن ترى أين تضع رجليك.
- انتبه إذا قلّت نسبة ارتياد طريق اعتدت سلوكه.
- قد تكون الألغام مشار إليها بطريقة بدائية: فروع مرتبة على شكل صليب، عصا مزروعة في الأرض، دائرة من الحجارة أو عقدة في النبات. ابقَ متنبهًا.
- تذكّر دائمًا أن الألغام المعزولة هي نادرة جدًا. وهي تشكل عمومًا «نقاطًا» ملغومة (5–6 ألغام)، أو «مقابس» ملغومة (ثلاثون لغمًا) أو «خطوطًا» ملغومة (مشار إليها غالبًا بواسطة أوتاد في الأرض).
- إذا وجدت لغمًا، فهذا يفترض وجود ألغام أخرى في المنطقة. يجب أن تكون ردّة فعلك الأولى الاستدارة ومغادرة المنطقة سيرًا على الأقدام مستندًا على الآثار المتروكة: آثار أقدام أو آليّة.
- لا تلمس لغمًا أو عبوة ناسفة غير منفجرة. لا تشجع أحدًا على تعطيل لغم لأخذه كتذكار.
- إذا وجدت منطقة مزروعة بالألغام لم يتم الإبلاغ عنها، حدّدها، وأعلم السلطات المحلية (يفترض أن تكون قد حددت أين تقع المنطقة على خريطة أو بواسطة GPS).

نصائح للنجاة في حال تواجدك في حقل ألغام

سيرًا على الأقدام: سيروا في خطّ واحد مع إبقاء مساحة واسعة بينكم. التزموا بالهدوء، لا تتحرك وقم بتنبيه مرافقيك. تفحّص جيدًا الميدان لتحديد موقع الخطر. بعد ذلك، انسحب من المنطقة المزروعة بالألغام – أو انصح الأشخاص بالانسحاب – مع اتباع بدقة آثار الوصول.

إذا كان المصاب متواجدًا وسط حقل ألغام، يجب عليه عدم الحراك، وعلى مرافقيه عدم الهبوب لانقاذه بتهوّر. يجب أولاً وضع طريق آمن لتقديم الإسعافات الأولية وإخلائه. لهذا، خذ وضعية القرفصاء، افحص الأرض

بآلة حادة (زاوية 30 درجة)؛ إذا شعرت بمقاومة من الأرض، حدّد العائق وتجنبه. لا تمر فوق سلك حديدي، حدّده وتجنبه. في الوقت نفسه، طمئن المصاب وتحدّث إليه، ولا تنسَ تفحّص الأرض وأنت في طريقك إليه. قدّم له الإسعافات الأولية (تحذير: في حال وضعت له عاصبة لوقف نزف الدم، سجّل الوقت) وإذا أمكن انقله إلى منطقة آمنة لإخلائه فيما بعد (انظر الفصل السادس عن الحركات المنقذة).

على متن سيارة: لا تقم بالقيادة على جانبي الطريق، على الحفر أو على أعمال حفريات حديثة مغطّاة بالرمال أو التراب أو الركام. عند انفجار لغم:

- على الركاب الأصحّاء عدم النزول من السيارة بعجلة لكي لا يدوسوا على لغم؛ يجب الخروج من الوراء والمشي على الآثار الموجودة للرجوع إلى منطقة آمنة. يتم عبور الطريق نفسه لإخلاء الجرحى.
- لا تحاول تحريك السيارة إلى الوراء ضمن الآثار. غادر المنطقة سيرًا على الأقدام وانتظر فريق نزع الألغام.

ب- القنابل العنقودية

أسلحة القنابل العنقودية هي أسلحة كبيرة (قنابل الطيران وقذائف أو صواريخ) يتم إطلاقها من طائرة، هليكوبتر، سفينة أو من الأرض وهي تحتوي على مقذوفات متفجرة متعددة تغطّي عند اطلاقها سطوح عدّة ملاعب كرة قدم. إذا كانت مُصممّة لتنفجر لدى الارتطام بالأرض، فإن العديد من الذخائر الصغيرة لا تنفجر وتبقى على الأرض، بالتالي تبقى ناشطة.

القنابل العنقودية هي متوفّرة في جميع الأشكال والأحجام، وتتراوح من العيار الصغير إلى القنابل اليدوية. وهي تعتبر كألغام غير مستقرة لا يمكن التنبؤ بها وخطيرة؛ في الواقع، على عكس الألغام التي زرعتها آلة أو رجل، لا يمكن تحديد مواقعها بسبب انتشارها العشوائي.

تذكّر

أمام مخاطر الألغام

- لا تترك الطرق والمسارات المزدحمة.
- إذا وجدت لغمًا، فهذا يعني أن هناك ألغامًا أخرى موجودة حتمًا على مقربة منه.
- امشِ في آثار الأقدام والإطارات القائمة.

4. الفخاخ والكمائن والتفجيرات

يُلاحظ منذ عدة سنوات أن الصحفيين أصبحوا أهدافًا رئيسية في عمليات الخطف والتفجيرات والقتل. على الصحفيين والمصورين العاملين في المناطق الخطرة وحيث الخطف هو ممارسة شائعة التحلّي بقدر كبير من الحذر.

تعليمات عامة للحفاظ على السلامة:

- احرص على المحافظة على صحتك الجسدية (راحة، رياضة) والنفسية.
- كن متحفظًا واحترم المعايير المحلية في اختيار لباسك. في الدول الاسلاميّة: على النساء تجنب الملابس الخفيفة (الملابس

الضيقة والمفتوحة والتنانير القصيرة، يجب تغطية الأكتاف ووضع حجاب على الرأس إذا لزم الأمر)

- من الأفضل الخروج ضمن مجموعة والذهاب إلى أماكن عامة مزدحمة. تجنب التنقّل وحدك في أماكن معزولة أو في شوارع ضعيفة الإضاءة.
- تجنّب جميع أشكال الروتين، لا تقم بارتياد نفس الأمكنة في نفس الأوقات. إذا كان ذلك ممكنًا، غيّر باستمرار مكان سكنك وسيارتك.
- ابق دائما كتومًا حول ظروف تنقلاتك: الجداول الزمنية، والطرق، الخطوات، والأساليب المستخدمة، والمرافقين. كن حذرًا في اتصالاتك وانتبه إلى ما تنشره على الشبكات الاجتماعية (انظر الفصل الرابع).
- اتفق داخل فريقك أو مع الأشخاص القريبين منك على إشارة خفية ليتم تحذيرك بها أو لتحذير آخرين من خطر.
- انتبه إلى كمية استهلاكك للكحول، وراقب عامةً كل ما تشرب.
- تجنّب إقامة مقابلة في البيت، لا تصعد في سيارة لملاحقة محاور انتهيت من لقائه. تجنّب البقاء طويلاً في الشوارع مظهرًا أنك تعمل كصحفي (لا سيما مع ميكروفون وكاميرا).
- تجنّب استعمال الحافلة لأنها قد تكون هدفًا محتملاً لهجمات انتحارية.
- احذر من الآليات المشبوهة.
- إذا شعرت أنك ملاحق: نبّه جهة الاتصال الخاصة بك أو إدارة التحرير عبر طريق وسائل الاتصال التي تحملها (جهاز تعقب، هاتف)، انتقل إلى مكان آمن (مركز للشرطة، محطة وقود) أو على الأقل في مكان مزدحم. حاول جمع عناصر للتعرف على الآلية التي تلاحقك (نوع، ولون، الشخص (الأشخاص) على متنها، رقم لوحة التسجيل).
- أعط انطباعًا أنك تعرف المكان الذي أنت متواجد فيه، والمكان الذي تنوي الذهاب إليه، حتى (وخاصة) إذا لم يكن هذا صحيحًا.

في حالة التهديد: خذ دائمًا على محمل الجد كل تهديد بالقتل. إذا كنت في دولة يسودها القانون، بلّغ السلطات التي تعتقد أنها قادرة على حمايتك. قم بتغيير عاداتك على الفور. تعرف على مصدر التهديد وحدّد المعتدي المحتمل؛ قيّم الخصم وحسب الحالات، رتّب لمواجهته في موقف موات لك (مركز الشرطة) أو تجنّب فرصة لقائه. إذا لم تكن في دولة قانون، وتكررت الترهيبات، قم بإبلاغ منظّمات المدافعة عن حرية الصحافة مثل منظمة مراسلون بلا حدود وقم ببناء شبكة دولية من الدعم. إذا كانت المخاطر كبيرة جدًا، ابتعد بعض الوقت عن الموضوع، إلى أن يفقد التهديد قوته وإلى أن تكون قد وجدت الدعم الضروري.

أ- الهجمات والفخاخ

عندما يخضع مراسلاً أو وسيلة إعلامية لتهديدات متكرّرة، فإنه من المستحسن اتخاذ تدابير أمنية خاصة لإحباط مخاطر الفخاخ والهجمات. ينبغي وضع بروتوكول رصد، واتباعه بدقة من قبل كل الفريق. هذا الإجراء يمكّن من مراقبة المصادر المحتملة لانطلاق الانفجار، لا سيما موجات الراديو أو الموجات الكهربائية، والمحولات، والمنبّهات والساعات، الرنّات والمواد الكيميائية، ومصادر الحرارة أو الاهتزاز.

⚠ الفخاخ الأكثر شيوعًا:

- في المنازل: الأبواب والنوافذ والأرضيات والأثاث، والهواتف، والتلفزيون، والأجهزة الالكترونية، والكتب، والمنبهات، والأسرة، والكراسي والحقائب. عند دخول غرفة، تجنّب وضع القدم على عتبة الباب. لا تلمس أي شيء في منزل لا تعرفه.
- في المطابخ: الغلايات، والمعلبّات، والزجاجات، الخ.
- في الميدان: مستودعات المواد الغذائية، والجسور، وجانب الطرقات، والملاجئ الطبيعية، والمركبات، والأسلحة المتروكة، والقنابل اليدوية، والذخائر أخرى، والجثث، والخ.

⚠ إذا اكتشفت صاروخًا أو طردًا مشبوهًا:

- لا تلمسه لأي سبب كان، حتى ولو كان قد انفجر أو بدا لك أنه معطّل.
- في حالة ضوضاء مشبوهة (منبّه) أو تغيير في شكله (صعود دخان)، قم بإخلاء المكان فورًا.
- حدّد منطقة أمان لا يقل محيطها عن 100 متر حول الموقع.
- لا تستخدم الهاتف أو أي جهاز كهربائي أو كهرومغناطيسي لإعطاء إنذار.

⚠ مؤشرات الطرود المفخخة:

- صلابة غير اعتيادية للمغلف أو للطرد.
- تغليف زائد أو طوابع كثيرة.
- وجود رسم وأشكال زخرفية.
- وجود إشارة مميزة («عاجل جدا»، «شخصي جدًا»، «يسلّم باليد»).

⚠ مؤشرات الفخاخ على متن الآليات:

- افحص المكان حيث تتواجد فيه الآلية وتأكد من وجود عبوة مريبة أو جسم غريب بالقرب من العجلات.
- راقب مظهر السيارة العام (دون لمس). ابحث عن سلك أو جسم مشبوه وغير عادي.
- افحص النقاط الحساسة: العجلات، تحت السيارة، العادم، مقعد السائق، مقعد الراكب الأمامي، مساحات الزجاج ، المصابيح، آلة فتح غطاء محرك السيارة، مقصورة المحرك، لوحة القيادة، تحت المقاعد.
- في الليل، احتفظ بمصباح يدوي لإجراء هذه الفحوصات.

⚠ مؤشرات عن وجود انتحاري على وشك ارتكاب هجوم انتحاري:

- يتجوّل بدون اتجاه واضح.
- يتعرّق كثيرًا ويبدو متوتراً.

- يبدو منحني الرأس أو يرتدي ملابس بطريقة معينة لإخفاء المتفجرات.
- إذا شعر أن أمره اكتشف، سوف يلقي بنفسه على مجموعة من الأشخاص أو من السيارات المتوقّفة.

إذا اتصل بك واضع قنبلة:
سجّل وقت ومدّة المكالمة، سجّل الدلائل التي يمكن أن تساعد في تحديد هويته أو موقعه (صوت، لهجة، القاء، الضوضاء المحيطة) واطرح عليه هذه الأسئلة:

- متى ينبغي أن تنفجر القنبلة؟
- متى وضعتها؟
- أين وضعتها؟
- ما هو شكلها؟
- ما هو نوع القنبلة؟ ما الذي سوف يؤدي إلى انفجارها؟
- هل وضعت القنبلة شخصيًا ؟ لماذا فعلت ذلك؟
- من أنت؟ أين يمكننا التواصل معك؟

ب- الكمائن

حين تتنقّل ضمن عدة آليات ضمن قافلة عسكرية أو إنسانية:
في منطقة مكشوفة: أبقِ مسافة 50م أو أكثر بين الآليات إذا سمحت التضاريس. قد بسرعة. كن قادرًا على زيادة السرعة إذا تعرضت لهجوم.
في المدينة: أبقِ على مسافة واحدة للتوقف بين المركبات، 50 كم/ساعة كحد أقصى لتجنّب الاشتباكات. تأكد من عدم دخول أي مركبة غريبة بين آليات القافلة، واحذر الدراجات النارية. انتبه لإشارات الوقوف الإلزامية: إشارات المرور، قف، الخ. إذا تعرضت للهجوم، قلّص المسافة، وقد بسرعة.

في حال تعرضك لكمين:

- ابتعد عن منطقة الخطر بسرعة، ارجع إلى الوراء أو قم بالالتفاف

إذا تم قطع الطريق من الأمام وكانت جهة الوراء مكشوفة.

- إذا كانت الطريق مقطوعة من جراء طلقات النار: اخرج من الجانب الآخر السيارة، بالاتجاه المعاكس لطلقات النار واختبئ خلف مقصورة المحرك أو العجلات. احذر من الألغام على جانبي الطريق. انتبه في حال تم وقف اطلاق النار: يمكن للمهاجم النزول على الطريق للتفتيش ونهب المركبات أو حتى للإجهاز على الجرحى.





لتجنب الفخاخ والهجمات

- ✔ كن متحفظًا وحذرًا في تنقلاتك
- ✔ خذ التهديدات على محمل الجدّ واتبع بروتوكولات الأمان
- ✔ ابق حذرًا وتجنّب عاداتك اليومية

5. الكوارث الطبيعية والأوبئة

أ- الكوارث الطبيعية



هذه بعض النصائح من المعهد الدولي لسلامة الأخبار إلى الصحفيين الذين يغطون كوارث طبيعية:

- استعلم إلى أقصى حدّ عن نوع الكارثة الطبيعية (إعصار، زلزال، تسونامي، إلخ) التي ستقوم بتغطيتها. وتأكد من أنك تملك التأمين الصحيّ المناسب.
- قيّم المخاطر التي ستواجهها، وتأكد من أنك في حالة جسدية ونفسية جيدة تكفل لك البقاء على قيد الحياة في مثل هذه البيئة.
- أحضر ملابس ومعدات وقائية وتأكد من أنك أنت وفريقك قد سبق تدريبكم على العيش والعمل في مثل هذه الظروف.
- اتبع الارشادات ومناطق التجول التي حدّدتها السلطات ولا تعق عملهم. تتبّع حالة الطقس.
- تأكد من أن إدارة التحرير تعرف مكانك، ما تنوي القيام به وبمن يجب عليها الاتصال في حال انقطعت أخبارك.
- احتفظ بمناديل رطبة وبمطهّر لليد لتبقى نظيفًا ولتجنّب الأمراض في حال عدم توفّر المياه. حدّد عنوان أقرب مركز صحي.

الملابس والمعدات:

- اختر حقيبة ظهر مجهزة بغطاء مقاوم للماء.
- جهّز ملابس مناسبة لدرجة الحرارة والرطوبة. لتغطية إعصار أو فيضان: ملابس خفيفة ومقاومة للماء على قياسك، وأحذية صلبة أو أحذية مطر واشارات عاكسة لكل لفريق.

- قد يحصل أن يتعطّل هاتفك الخليوي أو أن يحدث خللاً ما في الشبكات: احمل عدّة بطاقات MIS لعدة شركات اتصالات وهاتف يعمل بالاقمار الاصطناعية. تأكّد من أنها مشحونة ومن أن الشاحن يعمل في السيارة.
- فضّل سيارة 4x4 على أنواع أخرى من السيارات في حال خطر الفيضانات. احتفظ بـ GPS محدّث، إطار احتياطي، رافعة سيارة وعلبة الإسعافات الأولية.
- تأكد أن لديك دائما في متناول يدك حقيبة طوارئ تحتوي على كل عدة النجاة: مصباح يدوي وبطاريات (أو مصباح دينامو قابل لإعادة الشحن)، ملابس دافئة، مياه، أقراص تنقية المياه، بوصلة، سكين سويسري، ولاّعة، وطعام (ألواح غذاء ذات طاقة عالية، مأكولات مجففة ومجمدة).
- غالبًا ما يكون المولّد ضروريًا عند انقطاع الكهرباء. تعلّم كيفية استخدامه وتأكد أن لديك ما يكفي من الوقود مخزنّة بشكل آمن.

⚠ **انتبه:**

- ابق متيقظًا للمخاطر حولك (الحطام المتطاير، الأمطار الغزيرة والرياح).
- لا تقف بالقرب من الأشجار (خطر وقوع الأغصان والضربات الصاعقة).
- لا تقترب أبدًا من منطقة وقعت فيها الكابلات الكهربائية.
- امتنع عن التدخين: قد يحصل أن تكون خطوط الغاز مثقوبة، شرارة واحدة كافية لتسبّب انفجارًا.
- وللسبب نفسه، إذا شممت رائحة غاز أو صرف صحي (مجارير) ، تجنّب كل مصدر اشتعال، لا تشغل محرك السيارة ولا تستخدم هاتفك النقال. غادر المنطقة بسرعة سيرًا على الأقدام وبطريقة حذرة.

ب- الاحتياطات في المناطق الموبوءة

خلال الوباء المدمر لفيروس الايبولا في غرب أفريقيا عام 2014، تلقى صحافيو وكالة فرانس برس تعليمات تنصّ على البقاء بعيدين عن المرضى (ما لا يقل عن 6 أمتار) وعن المتوفين (4 أمتار على الأقل عندما تكون الجثث موضوعة في أكياس معقّمة)، واتّباع تعليمات منظمة أطباء بلا حدود بدقّة أو تعليمات المنظمات غير الحكومية التي التي تتمكنوا بواسطتها من التواصل مع المعالِجين، المرضى أو الأصحاء.



بصورة عامة، توصي وكالة فرانس برس في حالات الأوبئة:

- تطبيق تدابير الاحتياطات الأساسية للتعامل مع الفيروسات: شرب المياه المعدنية المعبأة في الزجاج، الحرص على معرفة مصدر الطعام وطريقة طهيه، غسل اليدين بشكل متكرر بالماء والصابون أو المطهر، وتجنّب الملامسة المباشرة مع أشخاص آخرين لحمايتك من الإفرازات البيولوجية (عن طريق استعارة الهاتف، أواني المائدة القذرة، إلخ).
- ارتداء ملابس خفيفة وطويلة في آن للحماية من لدغات البعوض وتجنّب الاتصال المباشر مع المريض.
- خلال موسم الأمطار، احتفظ بزوجين من الأحذية البلاستيكية، يكون من السهل غسلهما وتطهيرها عند عودتك من عملك.
- عدم مصافحة الأيدي، حتى بين الزملاء. لا تأخذ أي شخص في سيارتك (من الأفضل مساعدة شخص ما باعطائه بعض المال إذا تطلب الأمر)، عدم لمس أي حيوان (ولو كان أليفًا). عدم استعارة المعدات (الأقلام، والهاتف الخليوي، الخ) وتنظيف أجهزتك الخاصة.
- تجنب الأماكن التي يحصل فيها الكثير من الاختلاط: عدم الخروج ليلاً (في بعض المناطق، قد يكون حظر التجول ساري المفعول)، فضّل مطعم الفندق على مكان أكثر ازدحامًا. لا تلمس ولا تأكل لحوم الطرائد.



تذكّر

عند مواجهة الكوارث الطبيعية أو الأوبئة

- ✓ ارتد ملابس مناسبة ومعدات وقاية
- ✓ تجنب الاتصال الجسدي المباشر واستعارة الأغراض من الغير
- ✓ احمل مناديل رطبة ومطهّر اليدين

6. الحشود والمظاهرات وأعمال الشغب

أ- التحضير لتغطية مظاهرة

حاول العمل ضمن فريق أو على الأقل في ثنائي من أجل أن يتم تنبيهك في حال التجاوزات. حدد الأماكن والطرق الرئيسية التي يمكنك الانسحاب عبرها إذا دعت الحاجة. في المدينة، قد يكون من المفيد إقامة علاقات وديّة مع بعض التجار والمقيمين. إذا أصبحت المظاهرات عنيفة قد تحتاج إلى الاحتماء عندهم.

إذا سنحت الظروف، عرّف عن نفسك أنك صحفي أمام قوات الأمن في بداية المظاهرة كي لا يعاملوك كأنك متظاهر. اسأل عن الوسائل أو الأسلحة التي يمكن استخدامها لتحليل المخاطر وإعداد نفسك وفقًا

لذلك. حدّد أيضًا، وفقًا للحشد ولنوع المظاهرة، إذا كان من الأفضل أن تعرّف عن نفسك كصحفي أو أن هذا قد يجذب العداء من قبل المتظاهرين.

احذر من خطر السرقة أو الاعتداء بتجنبك التوقف بالسيارة وإعداد المعدات الخاصة بك أمام أعين الحشود التي قد تكون عدائية. لا تضع المعدات الواقية منذ بداية المظاهرة: قد تجذب غضب المتظاهرين، الذين غالبًا ما يعتبرون أنفسهم سلميين ويتهمون الصحفيين باستباق وقوع اشتباكات.

عندما لا يزال الجو هادئًا، قدّم نفسك للمتظاهرين وقادتهم، وتبادل معهم الحديث واسألهم عن مطالبهم. هذا ليس فقط جزءًا من عملك، ولكن المتظاهرين يصبحون عادة أقل عدائية إذا كنت قد تواصلت معهم مسبقًا.

المعدات:

- ارتد ملابس واقية متخفية (مثلاً سترة راكب الدراجة النارية وقبعة أو خوذة أمان صلبة لتأمين حماية مضاعفة) ملائمة للطقس.
- ارتد أحذية مغلقة، صلبة ومريحة (حذاء مشي لمسافات طويلة). في الأرياف، تأكد من أنها واقية للماء وحتى مع حماية ضد الأوحال.
- في الطقس البارد، جهّز معطفًا واقيًا للماء مع غطاء للرأس، ملابس داخلية دافئة، جوارب، قفازات، قبعة للتزلج لتكون قادرًا على الصمود لفترة طويلة.
- في حال خطر الملامسات الجسدية، يمكن للنساء الصحفيات حمل صافرة، وارتداء ثياب سباحة قطعة واحدة تحت عدة طبقات فضفاضة وواسعة (اقرأ أيضا في القسم التالي: «الاعتداءات الجنسية ونصائح مخصصة للنساء»).
- ادرس إمكانية ارتداء سترة مكافحة الشغب – التي تحمي من

المسدسات والسكاكين وتخفف صدمة الهراوات – بعد تقدير المخاطر: قد يحصل أنك لا تظهرها فيظن المتظاهرون أنك رجل شرطة في ثياب مدنية وإذا قمت بعرض «PRESS» أعلاه، فقد تتعرض للعنف من جانب بعض المتظاهرين المعادين للصحفيين.

- جهّز حقيبة ظهر متخفية لوضع المعدات التالية التي يمكنك استعمالها عندما يبدأ الوضع في التدهور:
  - خوذة خفيفة الوزن (لتسلّق الجبال أو التزلج)، من السهل وضعها وخلعها، ومن الأفضل دون فتحات (في حال سقوط المطر).
  - قناع الغاز، أو في حال عدم توفر نظارات سباحة، قناع تزلج أو قناع التنفس الذي يغطي الأنف والفم.
  - الوشاح قد يكون مفيدًا في مواجهة الغاز المسيل للدموع أو لمسح الوجه عند استخدام خراطيم المياه.
  - قد لا تعرف كم من الوقت ستدوم المظاهرة، تذكر أيضا أن تأخذ:
    * مياه
    * ألواح غذائية ذات طاقة عالية، وفواكه مجففة (السكريات)
    * بطارية إغاثة واحدة أو أكثر
    * علبة الإسعافات الأولية
    * محارم
    * قطرات مياه مالحة أو دواء لغسل العيون (لشطف العينين من الغاز المسيل للدموع)
    * شارة صحفي يمكنك الوصول إليها بسهولة، يمكنك وضعها فقط في حال كانت إمكانية الخلط بينك وبين المحتجين أثناء تدخل الشرطة أكبر من خطر التعرض إليك لأنك صحفي.
    * مصباح يوضع على الجبهة للمظاهرات في المناطق المكشوفة الواسعة بعد حلول الظلام.

ب- أمام حشود مضطربة وأعمال شغب

- لا تقف أبدًا بين الشرطة والمتظاهرين، أو في زاوية إطلاق النار. احترس من القنابل اليدوية وقنابل المولوتوف، وبندقية الكرات الوامضة والآليات المتحركة.
- حدّد وتجنّب العناصر الخطرة (المسلحة، المقنعة، الملثّمة، الخ) وتوقع اتجاه تحركات الحشود بمراقبة أعين المتظاهرين.
- في المدينة، انتبه من البنايات الشاهقة (خطر الرجم).
- في حال تم القبض عليك، تفاوض لتهدئة الوضع. تجنب الاتصال الجسدي. إذا تعرضت شخصيًا لهجوم جسدي وأصبحت هدفًا للقذائف، أنقذ نفسك، اختبئ وغادر المنطقة. إذا تعرضت للضرب، احمِ أولاً رأسك ووجهك.
- راقب المصورين وقوّات الأمن: إذا قاموا بوضع خوذاتهم فهذا يعني أن الوقت قد حان لاستعمال معدات الوقاية الخاصة بك (خوذة وقناع).
- لا تستخفّ بالقوة المنهكة للغاز المسيل للدموع، واعلم أنه من الصعب الركض مع قناع غاز. ستلهث بسرعة.



تذكّر

في مظاهرة عنيفة

- ✔ خذ المعدات الواقية: خوذة، وقناع، وسترة.
- ✔ حدّد الأمكنة والحلفاء، المخارج والملاجئ.
- ✔ لا تتواجد أبدًا بين قوّات الأمن والمتظاهرين.

7. الاعتداءات الجنسية ونصائح مخصصة للنساء

يمكن للرجال والنساء الصحفيين تغطية نفس الميدان، ولا يمكن منع أحد من القيام بتقرير بسبب جنسه. ومع ذلك، في بعض الحالات، فمن المستحسن أن تأخذ النساء بعض الاحتياطات الخاصة لضمان سلامتهنّ في المناطق المعرضة للخطر.

الاعتداءات الجنسية التي عانت منها العديد من النساء الصحفيات في مصر خلال مظاهرات ميدان التحرير المضادة للنظام، بما في ذلك الاعتداء العنيف على لارا لوغان، مراسلة حرب لـ SBC، سلطت الضوء على مخاطر العنف الجنسي الذي يمكن أن يتعرض له الصحفيين ولا سيّما الصحفيات في الميدان.



نصائح

فيما يلي بعض التوصيات للنساء الصحفيات العاملات في المناطق المعرضة للخطر، معظمها من نظرائهن المخضرمات. إحداهنّ هي جوديث ماتلوف، خبيرة أمن في العديد من المنظمات المدافعة عن الصحفيين، وقد نشرت أيضا مقالاً عن هذا الموضوع في Columbia Journalism Review عام 2011.

اللباس وطريقة التصرّف

- ارتدي محبسًا أو خاتمًا مشابهًا، اجعليهم يعلمون/يظنّون أنك متزوجة.
- احترمي الزي المحلي وفضّلي الثياب الفضفاضة التي تخفي معالم جسمك: على سبيل المثال، فإن ثوبًا طويلاً وسترة فوق سروال فضفاض مع حزام كبير من شأنها أن تبطئ المهاجم.
- إبتعدي عن الملابس الضيقة أو المفتوحة على العنق وضعي حجابًا إذا لزم الأمر.

- ارتدي أحذية مريحة تمكنك من الركض بسهولة.
- لا تلبسي عقدًا: يمكن للمهاجم استخدامه لالتقاطك.
- انتبهي إلى طريقة تصرفك. كوني على بيّنة من الثقافة والعادات المحلية. على سبيل المثال، يمكن لبعض التصرفات كالتدخين ومصافحة الرجال وشرب الكحول والضحك بصوت عال أن تفسَّر على أنها علامة على الخفة والمجون.
- احصلي على سيارتك الخاصة و/أو سائق لتكوني دائمًا قادرة على العودة إلى مسكنك لوحدك وبأمان.

في فندق:

- اختاري غرفة قريبة من زملائك (إذا صدر التحرش عن أحد منهم، اختاري طابقًا آخر).
- جهّزي دعّامة لصدّ بابك من الداخل، ضعي إنذارًا أو كرسيًا يقع عند فتح الباب.
- لا تأخذي المصعد إذا شعرت أنك ملاحقة.

في حشد أو مظاهرة خطرة:

- حاولي قدر الامكان أن يكون زيّك رصينًا، ارتدي حزامًا صلبًا جدًا وثيابًا للسباحة قطعة واحدة تحت عدة طبقات من الملابس. تحركي مع رجل جدير بالثقة لحمايتك. ومن الناحية المثالية، قد يكون الوسيط أو السائق أو شخص غير مشغول في إعداد التقرير ومن شأنه أن يلفت انتباهك ويحميك إذا تأزم الوضع.
- ابقي على جانبي الحشود وجدي دائمًا مخرجًا في حال التجاوزات.
- احملي صافرة، أو رذاذًا صغيرًا (يمكن أن يكون رذاذ مزيل العرق) للرش في عيون المعتدي.
- لمواجهة الملامسات، تكلّمي بنبرة عالية، وكوني حازمة. لا تستسلمي أمام مجموعة، ناضلي.
- في حالات الاعتداء الجنسي أو التهديد بالاغتصاب:

- ناضلي، اصرخي، اطلبي المساعدة من حولك. إذا رأيت مجموعة من النساء، ناديهنّ مباشرة لمساعدتك أو لإطلاق التنبيه لما يحصل.
- أخبري المعتدي أن لديك أطفال، أنّك حامل، أنك قد تكونين أمه، أخته، أو حاولي لفت انتباهه إلى أي شيء من حولك.
- قولي له أنك في دورتك الشهرية (يمكنك استخدام كبسولة دم وهمية وفوط صحية لايهامهم أنك صادقة)، أو أنك غير طاهرة، نجسة، ومريضة، مصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (السيدا)، الخ.
- إذا لم تنفع هذه الحلول، حاولي التقيؤ أو التبوّل أو التبرّز لإثارة اشمئزاز المهاجم.
- إذا كنت في مواجهة مجموعة من المعتدين، حاولي التعرف على الرجل الذي يظهر لك أنه أقلّ تصميمًا وحاولي إقناعه بحمايتك من الآخرين.
- بعد الاعتداء، اطلبي الرعاية والمساعدة النفسية ولا تشعري بالذنب.
- في حالات الاغتصاب، وأمام خطر انتقال فيروس نقص المناعة البشرية (السيدا)، اذهبي إلى أقرب مستشفى، واطلبي عدة العلاج المركبة من مضادات الفيروسات القهقرية.
- ملاحظة: مخاطر الاعتداء الجنسي لا تقتصر على النساء، وبعض من هذه النصائح قد تنطبق على الرجال أيضًا.



تذكّري

لتجنّب العنف الجنسي

- ✔ اختيار ثيابًا مضفاضة تغطي الجسم، وفي عدة طبقات.
- ✔ كوني على بينة من الأصول المحلية التي تحكم العلاقات بين الجنسين.
- ✔ حاولي إثارة اشمئزاز المعتدي عليك، أو ناشدي إنسانيته.

8. الحرمان من الحرية وأخذ الرهائن

إن طريقة تصرّف كل رهينة يعتمد على سلوك سجّانيه والإطار المحلي. ولكن في معظم الحالات، النصائح التالية قد تساعدك:

- قاوم الذعر، أظهر أنك هادئًا: السجّانون هم حتمًا عصبيون.
- لا تقاوم، لا تحاول الهرب إلا إذا بدا لك النجاح أكيدًا.
- كن صبورًا. لا تكن مستفزًا، ولا تكن أيضًا ذليلاً أو راجيًا.
- حاول أن تتذكر العديد من التفاصيل التي قد تكون مفيدة في وقت لاحق: الأصوات، الروائح، اللغات، الأصوات، الطرق...
- ابذل جهدك للبقاء في حالة جيدة (الرياضة، تمارين، نشاطات ذهنية).
- نفّذ أوامر الخاطفين المنطقية.

- اقبل الطعام والمياه، وعمومًا كل شيء يمكن أن يحسّن صحتك.
- اطلب من خاطفيك أن ينادوك باسمك وأن يعاملوك كانسان. حاول إقامة الحوار وتأسيس علاقة معهم لتخفيف حدة التوتر.
- إذا تم اختطافك مع واحد أو أكثر من زملائك، حاول إقناع الخاطفين بإبقائكم سويّة: هذا من شأنه أن يخفّف الضغط عليهم، ويمكّنكم من دعم بعضكم لبعض.
- حاول ألاّ تصدّق تهديدات أو وعود خاطفيك.
- توقع أن تخسر كل شيء إلا الأمل. لا تكتئب إذا كانت المفاوضات تجري ببطء: فرصة إطلاق سبيلك معافى ترتفع.
- حافظ على ردّات فعلك كصحفي ومراقب لإبقاء بعدًا نقديًا لما تعيشه بغية سرده وقت لاحق.
- اقبل أن يتمّ تسجيل صوتك أو إرسال رسالة محايدة يمكن أن تساعد في التعريف عنك وإطلاق سراحك.
- عشية الإفراج عنك، لا تفقد صبرك واتبع تعليمات خاطفيك حتى الدقيقة الأخيرة.
- بعد إطلاق سراحك، سوف تخضع لفحص طبي وللاستجواب. إنهما ضروريان. حاول أن تخبر أحدًا بما حصل معك. لا تبق هذه التجربة لك (انظر الفصل السادس عن مخاطر الصدمة النفسية).
- اتبع النصائح التي ستعطى لك قبل أي تصريح للصحافة.
- من خلال استعادة أنشطتك، اتخذ تدابير السلامة وفقًا لردود الفعل المحتملة من قبل خاطفيك الساخطين.

تذكّر

إذا حرمت من الحرية

- حاول إقامة حوار مع خاطفيك.
- حاول المحافظة على نشاطك الذهني والجسدي.
- تحلَّ بالصبر ولا تفقد الأمل.

■ الفصل 4: تحدي الأمن السيبراني

مخاطر أمنية كبيرة تحيط الصحفي أو المدوّن الإلكتروني الذي يستخدم شبكة الإنترنت أو هاتفًا ذكيًا أو هاتفًا يعمل بالاقمار الاصطناعية في منطقة النزاع أو في ظل نظام قمعي. البيانات التي تصدرها هذه الأجهزة يمكن أن تساعد في تحديد مكانك وتُعرضُك للخطر؛ قد يتم اعتراض ملفاتك واتصالاتك وتهديد مصادرك. لهذا السبب، من الضروري اتخاذ بعض

➜ الاحتياطات المعيّنة في مجال الأمن الرقمي.
المبادئ التوجيهية التي نوجزها فيما يلي لا تدّعي الشمولية وهي صالحة للحاسوب وللهاتف الذكي. منظمة مراسلون بلا حدود توفّر بانتظام دورات تدريبية في الأمن السيبراني وتقدم دروسًا مجانية على: http://slides.rsf.org و wiki.rsf.org

1. قبل المغادرة: القيام بمسح شامل

القاعدة #1 : غادر مع هوية رقمية فارغة قدر الإمكان

في حال تم التعرض إليك أو أخذك كرهينة، فإن كل المعلومات المتوفّرة عنك على الإنترنت أو على حاسوبك الخاص يمكنها أن تتحوّل ضدك وأن تضع الآخرين في خطر. قم بمسح شامل، وخصوصًا على الشبكات الاجتماعية: أيّة صور، تعليقات سياسية أو دينية يمكن أن تدينك في حال تم وضعها في سياق مختلف... استخدم إعدادات الخصوصية للحدّ من تقديم المعلومات عنك (شبكة، منشورات، صور) وقم باستبدال اسمك

الحقيقي من خلال اسم مستعار على حساب الفيسبوك الشخصي.
احفظ نسخة عن القرص الصلب الخاص بك في بلدك، وقم بإعادة تهيئة حاسوبك (format) (محو جميع البيانات بشكل دائم). إذا كنت لا تعرف كيفية القيام بذلك، ضع قرصًا صلبًا جديدًا على الحاسوب واترك القرص القديم في منزلك: يبقى أن تقوم بعدها بتثبيت نظام التشغيل، وبالتالي تصبح جميع نشاطاتك السابقة غير مرئية.

⚠ تحذير:

- إذا كنت تكتفي فقط برمي الملفات في سلّة المهملات وتفريغها، فمن من السهل استرجاعها على الحاسوب.
- يجب أن تقوم بنفس الشيء مع هاتفك الذكي (أندرويد أو أي-فون) الذي أضحى في أيامنا هذه جهاز حاسوب حقيقي: احتفظ بنسخة احتياطية تتركها خلفك، وقم بإعادة تعيين الإعدادات الأولية.

القاعدة #2 : بعد تطبيق القاعدة الأولى، قم بتثبيت أدوات الأمن السيبراني.

نفّذّ كافة التحديثات المستحسنة لنظام التشغيل الخاص بك، وجهاز التصفح وبرنامج الحماية من الفيروسات (ClamXav ,ClamTk, Avast, MSE McAfee, Norton) لتصبح آمنة قدر الإمكان عند مغادرتك بلدك. قم بتنشيط جدار الحماية (Firewall). لا ينصح أبدًا بالقيام بالتحديثات عند وصولك إلى بلد الوجهة، وذلك لتجنّب خطر تنزيل برامج ضارة أو برامج تعقّب على جهازك. قم بتشفير كامل القرص الصلب (عبر FileVault على ماك أو TrueCrypt و BitLocker على ويندووز). من المهم جدًا حماية بياناتك. بالواقع، إن مجرد استخدام كلمة مرور يحدّ حتمًا من المراقبة «الانتهازية»، ولكن يمكن للذين هم أكثر تصميمًا الاستيلاء على القرص الصلب الخاص بك لتحليله وقراءته.

اقفل جلسة العمل الخاصة بك وعزّز كلمات السر. فضّل كلمات سرّ من عدة كلمات تم اختيارها عشوائيًا يمكنك تذكّرها بسهولة في حين أنه سيكون من الصعب على برنامج إلكتروني تخمينها. مثلاً: «النملة تتسكّع في ثياب النوم على الكرسي». انتبه، من المستحسن استخدام كلمات سر مختلفة من خدمة إلى أخرى. إذا لزم الأمر، قم باستخدام برنامج لإدارة كلمات السر (LastPass، 1Password، KeyPass).

قم بتركيب شبكة خاصة افتراضية (VPN أو virtual private network) لتشفير اتصالاتك على الإنترنت. هذا سيجعلها صعبة القراءة من قبل شخص آخر، ويحميها (ضد القرصنة أو الاعتراض) ويسمح لك بالدخول إلى المواقع المحجوبة أو الممنوعة في بلد وجهتك. تحتفظ منظمة مراسلون بلا حدود، بمساعدة جمعية FDN، بشبكتها الخاصة الافتراضية وتضعها مجانًا، عند الطلب، بتصرف الصحفيين ومستخدمي الانترنت.

⚠ **تحذير**: لا تقم بالاتصال بشبكة واي فاي دون VPN!

قم بتنزيل المحرك Top Browser الذي يسمح لك، عند الاتصال بالإنترنت بطريقة مشفّرة، بتصفّح المواقع الحساسة دون معرفة هويتك. يمكن استخدامه مع VPN.

قم بتنزيل البرامج وتطبيقات التشفير التي ستستعملها طوال مهمتك لتشفير رسائل البريد الإلكتروني، والرسائل القصيرة والمحادثات وجعلها غير قابلة للقراءة إلى أي شخص آخر غير المرسل والمستلم:

- البريد الإلكتروني: Enigmail ، Thunderbird
- المراسلة الفورية: OTR, CryptoCat, Pidgin, Adium
- المكالمات الهاتفية أو الفيديو عبر الإنترنت: Hello من Firefox أو Qtox (أكثر أمنًا من سكايب الذي يمكن مبدئيًا لمايكروسوفت فك تشفير بياناته).

🡐 ملاحظة: لكي يعمل تطبيق التشفير، يجب على مراسليك استخدام

نفس البرنامج الذي تستعمله. تآلف مع مجموعة من أدوات علم التشفير البسيطة لتشجيع مصادرك على تشفير رسائلهم أيضًا: مثلاً cryptocat أو Zerobin.

القاعدة #3 : حدّد المخاطر وصنّف بياناتك

يلاحظ خبراء تكنولوجيا المعلومات أنه أصبح تقريبًا من المستحيل لغير المتخصّصين تأمين بياناتهم الرقميّة بشكل دائم، كما أنّ محاولة تشفير كافة الاتصالات قد يجذب انتباه السلطات. لذا، من المفضّل اتّباع نهج أكثر عمليّ يقوم على إنشاء مناطق خصوصية للقيام بالأنشطة الأكثر حساسية بكل تكتّم.
يجب عليك تحديد البيانات التي ترغب في حمايتها أكثر من غيرها لاتخاذ تدابير هادفة وفعّالة. اسأل نفسك الأسئلة التالية:

- ما هي البيانات الهامة التي أريد حمايتها أولاً؟
- من يمكن أن يحاول الوصول إليها؟ لماذا؟
- ما هي الخطوات التي يمكنني اتخاذها لحمايتها؟
- إذا كانت هذه التدابير لم تكن كافية، ماذا يمكن أن تكون العواقب؟
- في حال وجود مشكلة، كيف يمكنني حذف هذه البيانات أو الحد من ضررها؟

بعد تحديد المخاطر، صنّف بياناتك (مهنية، شخصية، حساسة للغاية) ضمن العديد من الأجهزة والخطوط الهاتفية وفي أكثر من بريد الكتروني للحدّ من المقاربات الممكنة ولحماية بياناتك بطريقة أفضل.

أمثلة:

- للاتصال بمصدر مهم، يمكنك استخدام بطاقة الهاتف

المحمول المدفوعة مسبقًا: غالبًا ما لا تكون هذه الخطوط مراقبة. لا تقم باستخدامها إلا في حالات نادرة ولفترة وجيزة، وذلك خارج الأماكن المعتادة التي ترتادها.

- أثناء تصفّحك الانترنت بطريقة محمية ومشفرة، يمكنك أيضًا إنشاء بريد الكتروني للدخول في اتصال مع مصدر حساس ولتشفير اتصالاتك معه. حافظ بالتوازي على بريدك الالكتروني الاعتيادي لاتصالاتك الغير مهمة، واستعمل الانترنت بطريقة عادية غير مشفرة (حتى لا تولد حجمًا «مشبوهًا» من الاتصالات المشفّرة).
- يمكنك أيضًا الاتفاق مع إدارة التحرير أو جهات الاتصال الرئيسية الخاصة بك على رموز ليتم استخدامها بسريّة لإعطاء معلومات أو إطلاق تحذير عند الصعوبات.

2. في الميدان: حذر وتكتّم

غادرت بلدك مع الحد الأدنى من المعلومات عنك والحد الأقصى من أدوات الأمن السيبراني الجاهزة للاستخدام. طوال مهمتك، الحذر والتكتّم هما أفضل حلفائكم.

القاعدة #1 : احذر من أعين المتطفلين.

لا تدر ظهرك للنافدة أثناء استعمال الحاسوب. ضع على شاشة حاسوبك «مصفاة الخصوصية» التي تحد من الرؤية الجانبية وتمنع الناس إلى جانبك من رؤية ما تراه.

لا تبتعد قدر المستطاع عن معداتك أثناء السفر. على سبيل المثال، لا تترك

حاسوبك في غرفة الفندق عند الخروج لتناول وجبة الإفطار.

إذا كنت تعمل في مقهى انترنت أو على جهاز كمبيوتر مشترك:

- لا تنسَ الخروج من حسابك (البريد الإلكتروني أو شبكة اجتماعية).
- احذف تاريخ التصفح، ملفات تعريف الارتباط (cookies) وحقول البيانات (أو استخدم وضع «التصفح الخاص»).

القاعدة #2 : احذر الهواتف الذكية!

في الميدان، فضّل هاتفًا خلويًا بدائيًا مع بطاقة SIM محليّة مدفوعة مسبقًا تحتوي على الحد الأدنى من الأرقام والمعلومات:

- قم بتسجيل أرقام المتصلين في ذاكرة بطاقة الـ SIM وليس في ذاكرة الهاتف الخليوي (من الأسهل، إذا لزم الأمر، تدمير بطاقة SIM من تدمير الهاتف الخليوي)
- في لائحة المتصلين، استخدم أسماء مستعارة وغيّر في تراتبية الأرقام (حذف أو تبديل الأرقام) لحماية المتصلين بك.
- كلما كان هذا ممكنًا، قم بمحو سجل المكالمات والرسائل القصيرة.
- جهّز بطاقات SIM إضافية، قد يتم مصادرة هذه البطاقات في المظاهرات.

في الواقع، يمكن للهاتف الذكي أن يكون جهاز تعقّب. فهو يرسل كمية بيانات كبيرة وبشكل دائم للاتصال بشبكات الهاتف والإنترنت، ما يسهّل بالتالي معرفة مكان وجودك. وإذا وقع في أيدي الآخرين، تكفي بضعة دقائق في نقطة تفتيش أو في نقطة جمارك، لتنزيل احدى التطبيقات أو البرامج التى تحوّله إلى جهاز تعقب. ويمكن بالتالي أن يصبح أسوأ عدو لك.

عند السفر مع الهاتف الذكي: قم بتعطيل الواي فاي، وتقنية البلوتوث ووظائف تحديد الموقع الجغرافي من تطبيقاتك، قم بتشغيل وضع الطائرة للحد من مخاطر المراقبة. إذا كان لديك موعد حساس، اترك الهاتف خلفك أو أطفئه وقم بإزالة البطارية قبل أن تذهب إلى الموعد المذكور.

الهاتف الذكي هو غالبًا مصدر هام عن بياناتك. تذكّر أنه إذا تم خطفك ومصادرة هاتفك الذكي، فإن كل المعلومات التي يحتوي عليها (الصور والاتصالات، وتاريخ التصفح أو المكالمات) يمكن أن تؤذيك وتعرّض الآخرين لخطر.

القاعدة #3 : التواصل بشكل آمن مع إدارة التحرير.

يجب توخي الحذر الشديد عند إرسالك إلى إدارة التحرير مقالات وأشرطة فيديو أو معلومات عن مسارك.

قيّم المخاطر: من الحكمة أحيانًا الانتظار إلى مغادرة منطقة عالية المخاطر لإرسال معلومات حساسة. في حالات أخرى، من الأفضل تبادل البيانات بسرعة ثم إزالتها فورًا من أجهزتك لتجنّب المشاكل في حال تمت مصادرتها.

تكلّم باختصار، اختصار جديد: أصبح من السهل جدًا تحديد خلال وقت بسيط مصدر المكالمة أو الاتصال عبر الإنترنت، سواء كنت تستخدم هاتفًا ذكيًا أو هاتفًا عاديًا. كما يمكن للقوات العسكرية تحديد المواقع التي يتمّ فيها الاتصال عبر الأقمار الاصطناعية. بالإضافة إلى ذلك، إن الهاتف الذي يعمل عبر الاقمار الصناعية الذي غالبًا ما يستعمله صحافيو الحرب يمكن التعرّف عليه بسهولة. خبّئه واستخدم سمّاعة الأذن، ولا تشغّله إلا في الخارج أو في مكان يمكنك إخلاؤه بسهولة. تكلّم بإختصار (من الناحية

المثالية، أقلّ من دقيقة) ولا تتصل عدة مرات من نفس المكان. أطفئه وقم بإزالة البطارية بعد كلّ استعمال.

قم بتشفير رسائل بريدك الإلكتروني:
البروتوكول PGP (Pretty Good Privacy)، من بين بروتوكولات أخرى، يُستخدم لتشفير محتويات رسالة إلكترونية قبل أن يتمّ ارسالها عبر شبكة الانترنت. والمبدأ هو أن لدى الفرد الذي قام بتنزيل PGP زوج من المفاتيح: مفتاح عام (قفل واحد يغلقه المتصل عند إرسال رسالة إلكترونية مشفرة) ومفتاح خاص (كلمة سر خاصة به تمكنه من فك تشفير البريد الإلكتروني). قبل استخدام PGP، يجب إذًا إنشاء زوج من المفاتيح والحصول على المفتاح العمومي للمتصلين به.

حذار من البيانات الوصفية: نادرًا ما تكون عناوين المرسل والمتلقي، وقت الإرسال وموضوع الرسالة غير مشفّرة. تأكد من أنها لا تؤثر عليك سلبًا.

- نصيحة: اجعل عناوين رسائلك تبدو وكأنها اقتحامية (SPAM) (على سبيل المثال، «خسارة الوزن بطريقة سريعة»)

القاعدة #4 : تواصل بشكل آمن مع مصادرك.

للتحدث بتكتّم مع شخص ما عبر البريد الإلكتروني، يمكنك استخدام بريدًا الكترونيًا «ميتًا» تقوم بإعطاء كلمة السر لمصدرك وتتواصلان سوية ضمن رسائل المسودات التي لا تُرسل أبدًا عبر الانترنت. لعدم الكشف عن هويتك، وهوية مصدرك يمكنك استخدام بريد إلكتروني مجهول (anonymous email) أو بريد الكتروني مؤقت (Disposable email address).

هناك أيضا وسائل بسيطة جدًا لاستخدام أدوات التشفير، يمكنك تشجيع مصادرك على استخدامها للتحدث معك بطريقة مشفرة:

- Cryptocat: تطبيق يمكن تنزيله ببساطة على أي متصفّح، يسمح بتشفير المحادثات وتدميرها فيما بعد. لا حاجة إلى بريد إلكتروني لاستخدامه، اسم مستعار وكلمة سر يكفيان لاستخدامه.
- Privnote و Zerobin هي مواقع تمكّن من خلق عناوين انترنت لرسائل مشفرة تدمّر نفسها بعد أن يتمّ تصفحها. إنها سهلة الاستخدام ومناسبة للأشخاص الذين لا يريدون تنزيل أي برنامج على حاسوبهم. يجب عليك فقط أن تملك وسيلة لبعث الرسالة المشفرة (البريد الإلكتروني أو الدردشة على سبيل المثال).
- «Hello»، تطبيق بسيط على firefox أو chrome لتمرير مكالمات الفيديو المشفّرة.

3. في الحالات القصوى، وفي حال تمّ اعتراض اتصالاتك

أثناء تغطيتك لصراع أو لمظاهرة، هدفك هو مزدوج: الحفاظ على سلامتك ونقل معلوماتك. يمكن لهذين الهدفين أن يكونا متناقضين. استخدام شبكة اتصال، GPS أو الأقمار الاصطناعية، قد تكشف عن مكانك وتعرضك للخطر. لذلك فمن الضروري معرفة المخاطر المرتبطة بوسائل الاتصال المختلفة ومعرفة تجنّبها وحماية المعلومات التي تمّ جمعها في الوقت نفسه.

القاعدة #1 : كن قادرًا على التخلي عن هاتفك

فضّل اللقاءات الجسدية وتأكّد من أنك لست ملاحقًا. اعرف أنه إذا تمّ تعيين لقاء عن طريق الهاتف أو البريد الإلكتروني، فهو قابل للكشف.

قم بإزالة الشريحة والبطارية من الهاتف قبل أن تتنقّل أو تلتقي بمصدر هام. إنها الطريقة الوحيدة للتأكّد من عدم استخدام هاتفك لمراقبتك ورصدك: لا يكفي إطفاؤه أو وضعه في وضع طائرة. من المستحيل إزالة البطارية من الأي–فون من دون أدوات خاصة (والتحلي بالصبر). اتركه خلفك.

القاعدة #2 : احمِ بياناتك وحياتك

إذا كانت أولويتك إعطاء معلومة، يمكنك تصويرها وبثّها مباشرة وعدم الاحتفاظ بأي شيء في حال تم توقيفك: البث المباشر على موقع يوتيوب أو بامبيوزر Bambuser (استُخدِمت على نطاق واسع خلال الربيع العربي).
إذا كانت أولويتك ضمان سلامتك وبعدها ايصال المعلومة، احفظ بياناتك في أماكن متعددة وقم بإخفائها، أو سلّمها إلى شخص آخر موثوق به.
جهّز بطاقات ذاكرة لا تشكل خطرًا عليك وتظاهر بالاحتجاج عند مصادرتها (ملاحظة: يجب أن يكون في هذه الذاكرة حدًا أدنى من المعلومات لتكون ذات مصداقية).
أمام تهديد، وعندما يكون الأمر ممكنًا، دمّر الشريحة في هاتفك المحمول والبيانات الحساسة من حاسوبك:

- لقد وضعت منظمة العفو الدولية لأجهزة أندرويد «زر الذعر» (panic button) وهو زر طوارئ لتنبيه جهات الاتصال الرئيسية الخاصة بك في حال حدوث أي شيء يهدد سلامة و/أو سرية بياناتك الخاصة (على سبيل المثال الاختطاف والاعتقال). ويمكن لجهات الاتصال تحديد موقعك الجغرافي، ووفقًا لخطة طوارئ تمّ وضعها مسبقًا، يمكنها محو بيانات حساسة أو تغيير كلمات السر مكانك.
- يمكن برمجة جهاز الأي–فون بحيث يتمّ مسح جميع البيانات بعد عدد من المحاولات الفاشلة لفتحه (انظر إعدادات الخصوصية).

القاعدة #3 : أنشئ أماكن آمنة للأنشطة الحساسة.

للأنشطة الأكثر حساسية، استخدم نظام تشغيل فائق الأمان ومشفّر مثل Tails: يستعمل على وسيط قابل للإزالة لا يترك أي أثر من أنشطتك على حاسوبك عند إخراجه من الكومبيوتر. يمكن نسخ نظام التشغيل هذا بسهولة وتوزيعه على جهات الاتصال الخاصة بك (على USB أو بطاقة ذاكرة بسيطة)، يكفي إدخال الـUSB أو بطاقة الذاكرة في حاسوبك وإعادة تشغيله. عند استخدام Tails، يتم تشفير كل الاتصالات وتختفي بعدها من خلال برنامج التخفي Tor. هذا النظام لا يقوم بتخزين أية بيانات من دورة إلى أخرى ولا يترك أي أثر لنشاطك، ولكنك يمكنك تفعيل وظيفة النسخ الاحتياطي لتسجيل البيانات بطريقة مشفرة. في حال وجود خطر وشيك، يكفي إخراج الـUSB واخفاءه. لا تظهر أي آثار لأنشطة «موازية» على حاسوبك.

الفصل الخامس:
الممارسات الجيدة في إدارات التحرير

دفع العنف المتزايد المرتكب ضد الإعلاميين ووسائل الإعلام لوضع إجراءات لضمان سلامة موظفيها المنتشرين في المناطق الخطرة إلى أقصى حد ممكن. الأساليب المستخدمة من قبل الصحفيين والمحررين للحد من المخاطر هي عديدة: السترات الواقية من الرصاص والسيارات المصفحة والحراس، والتنقلات المحدودة أو المحظورة، ودورات التدريب الإلزامية، الخ.

أيضًا، بدأت وسائل الإعلام تعالج عن كثب مسألة سلامة الصحفيين المستقلين، الذين غالبًا ما يعملون وحدهم في الميدان، وأحيانًا في حالات غير مستقرة للغاية. في 12 شباط/فبراير 2015، أطلقت العشرات من وسائل الإعلام والمنظمات للدفاع عن الصحافة – من بينها منظمة مراسلون بلا حدود – نداء مشتركًا إلى ضرورة احترام القواعد الأمنية العالمية، للصحفيين المستقلّين العاملين في المناطق المعرّضة للخطر ولإدارات التحرير التي توظفهم. النص يسلّط الضوء على الدور الأساسي للصحفيين المحليين والمستقلين في التغطية الإخبارية للمناطق الخطرة، ويحثّ إدارات التحرير على معاملة الصحفيين المستقلين بنفس الأسلوب الذي يعاملون فيه صحافييهم الموظفين وذلك بما يخص التدريب وتوفير معدات الوقاية وتحمّل المسؤولية في حال الإصابة أو الاختطاف أو الموت.

بغض النظر عن هذه المبادرة الدولية، قامت عدة وسائل إعلام مرئية ومكتوبة باتخاذ إجراءات أمنيّة لحماية الصحفيين الموظفين أو المستقلين. قامت منظمة مراسلون بلا حدود بمقابلات مع وكالة فرانس برس، رويترز، هيئة الإذاعة البريطانية وفرانس ميديا موند، وبدأت بعض الخطوط العريضة ترُسم في قضية «الممارسات الجيدة» التي ينبغي تشجيعها: تقييم دقيق للمخاطر، الحرص على التدريب، والتوجيه، واستخلاص

المعلومات بعد المهمة، تبادل المعلومات المتعلقة بالأمن والتوعية لأعراض الضغوط النفسية ما بعد الصدمة.

1. تقييم دقيق للمخاطر

في رويترز، لا يسمح لأي شخص بالقيام بمهمة عالية المخاطر دون موافقة مسؤول كبير في إدارة التحرير ومسؤول المنطقة المعنية. قام فريق فرنسا ميديا موند بتوظيف مسؤول أمن (عبر وزارتي الدفاع والخارجية) مهمته، على وجه التحديد، الوقاية من المخاطر التي قد تطرأ أثناء إعداد تقرير صحفي. وهو يقوم بنصح كل الصحفيين ومدراء التحرير لمساعدتهم على اتخاذ خياراتهم بين مدى أهمية التقارير الصحفية والمخاطر التي يتعرض لها الصحفيون أثناء إعدادهم للتقرير.

عالجت أيضًا هيئة الإذاعة البريطانية قضية البعثات التي تنطوي على مخاطر عالية، التي يدخل ضمنها العمل في مناطق معادية، تصوير مجموعات خطيرة مع تأمين الحماية وتغطية الأحداث الخطيرة مثل العمليات الإرهابية والكوارث الطبيعية والصناعية والأمراض الوبائية. وأقامت هيئة الاذاعة البريطانية فريقًا مخصصًا لتقييم المخاطر المتعلقة بالتقارير الصحفية ومهمته مساعدة إدارة التحرير على اتخاذ الاحتياطات الواجبة أثناء الاعداد وطوال مدّة البعثة.
تطلب هيئة الاذاعة البريطانية قبل كل تقرير مصنّف «عالي المخاطر»:

- تقييمًا مكتوبًا ومفصلاً عن المخاطر والتدابير التي ستتخذ للحد منها طوال البعثة.
- من جميع المشاركين (سواء موظفين، مستقلين، والخبراء الاستشاريين أو المتعاقدين) أن يكونوا مدرّبين و/أو يتمتعوا بالخبرة الضرورية.
- تحديد وإعداد معدات السلامة المناسبة لهذه المهمة: معدات

الحماية والاتصال والإسعافات الأولية.

- إذنًا واضحًا من المرجعية المسؤولة، وذلك بعد تقييم الفائدة الصحفية من هذه البعثة مع الأخذ بعين الاعتبار المخاطر التي تنطوي عليها.
- وأخيرا، يجب على العاملين في هيئة الاذاعة البريطانية عدم الذهاب في مهمة عالية المخاطر إلا بمحض إرادتهم. لديهم الحق المطلق في رفض مثل هذه المهمة دون التعرض للعقاب.

2. الحرص على التدريب وامتلاك المعدات

العديد من وسائل الإعلام – وخاصة الموقعين على نداء 12 شباط/فبراير لسلامة الصحفيين المستقلين – يحرصون على أن يكون الصحفيون العاملون في منطقة خطرة، موظفين كانوا أم مستقلين، قد شاركوا في أكبر قدر ممكن في تدريبات في مجال الإسعافات الأولية والعمل في «بيئة عدائية». ويتم تشجيع الصحفيين أيضًا على تحديث تدريبهم بشكل منتظم.

وعلاوة على ذلك، يقوم المزيد من المحررين بتزويد الصحفيين بمعدات واقية: السترات الواقية والخوذات وأجهزة التنفس. ونظرًا لمخاطر العنف الجنسي، توزع فرانس ميديا موند لموظفيها الذاهبين في مهمة «عدة ما بعد الاعتداء الجنسي» وهي تحتوي على وسائل منع الحمل في حالات الطوارئ، علاج بالمضادات الحيوية، والعلاج الثلاثي الطارئ لمنع انتشار فيروس نقص المناعة البشرية (الايدز) بانتظار نقل الضحية إلى المستشفى.

3. العمل الجماعي والتوجيه

تسعى وكالة فرانس برس بطريقة منهجية إلى إرسال مراسل أو صحفي مصوّر مع كل مصوّر فيديو أثناء تغطية المظاهرات الخطرة لضمان حمايته. غالبًا، وبالنسبة للكثير من إدارات التحرير، العمل الجماعي هو قاعدة ذهبية في المناطق المتوترة. الكثير من الإدارات تفرض تسمية «قائد للفريق» مسؤولاً عن المعدات والقرارات الأمنية وللتأكد من أن الوسطاء وغيرهم من العاملين الذين تم توظيفهم في بلد الوجهة لديهم التدريب و/أو الخبرة الكافية. في بعض الحالات، يمكن أن يقوم «مستشارًا أمنيًا» بمرافقة البعثة ودعمها لوجستيًا، ولا سيما من خلال المساعدة في العثور على سكن آمن وآليات مناسبة.

4. أهمية استخلاص المعلومات (debriefing)

استخلاص المعلومات بعد انتهاء البعثة يسمح بتحديد مدى نجاح المهمة، واستخراج الدروس المفيدة للبعثات في المستقبل. كما أن استخلاص المعلومات يضع مديري التحرير أمام مسؤولياتهم عبر الاستماع إلى خبرات الذين عملوا في الميدان. في فرانس ميديا موند، يشارك كل من مدير التحرير، ورئيس التقرير وجميع أعضاء الفريق بالإضافة إلى ممثل عن التقنيات (صوت، بث) في جلسة استخلاص المعلومات للوقوف على العقبات التي تمت مواجهتها وذلك من خلال ثلاثة جوانب:

- الجانب التحريري: هل كانت التقارير مطابقة للأهداف الموضوعة؟
- الحانب التقني: هل كانت عملية تشغيل المعدات والإرسال مرضيتين؟
- الجانب الانساني: هل كان الاتفاق سائدًا بين الفريق على صعيد التواصل أو التبادل مع إدارة التحرير؟

5. تبادل المعلومات

يقول صحفي من وكالة فرانس برس «كل مراسل يعود من ميدان صعب هو مَنْجم ذهب للذين يأتون بعده». لذلك قامت هذه الوكالة بفتح مدوّنة إلكترونية (blog) آمنة، لكل موظفيها وللزبائن الذين يطلبون منها ذلك، تجمع فيها أحدث المعلومات ونصائح بشأن الصراعات والأزمات الحالية (مع توصيات لاختيار فنادق، مسارات، إلخ)، وخبرات عن كيفية إدارة الأزمات السابقة (ايبولا، الهجمات على فرنسا في كانون الثاني/يناير 2015، الخ)، بطاقة تعريف عمليّة بكل بلد، وقوائم مرجعية وبرامج تعليمية لإعداد حقيبة المراسل، لارتداء سترة واقية من الرصاص، الخ.

وتشير هيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي) إلى أن عملية استخلاص المعلومات بعد انتهاء البعثة، سواء كانت شفهية أو مكتوبة، تقوم على تلخيص التجربة التي تمّ خوضها والإبلاغ عن أي معلومات جديدة قد تجعل تقييم المخاطر المستقبلية أكثر دقّة، وبالتالي تساهم في تحسين الإجراءات الأمنية.

6. التوعية من مخاطر الصدمة

استخلاص المعلومات بعد العودة من مهمة خطرة هي أيضًا فرصة للكشف عن أعراض محتملة للضغوط النفسية ما بعد الصدمة لدى الصحفيين. بعض إدارات التحرير تشجع الصحفيين على طلب المساعدة النفسية إذا شعروا أن تقريرًا ما قد أثّر بهم للغاية. ولكن بما أن موضوع الضغوط النفسية ما بعد الصدمة لا يزال يُعتبر من المحرّمات داخل المهنة، من الناحية المثالية ينبغي طلب الدعم النفسي بتكتّم. في فرانس ميديا موند، يقوم طبيب نفسي بتأمين الحضور في مكاتب المؤسسة ويمكن أن يكون حاضرًا أثناء استخلاص المعلومات.

على نطاق أوسع، الوقاية من الضغوط النفسية ما بعد الصدمة تمرّ عبر «المراقبة الهادئة» لهؤلاء الصحفيين. بعض الصحفيين يشرحون أنه يتمنون لو أن مديرهم يسمح لهم «بالتنفس» بضعة أيام بعد عودتهم من منطقة الخطر للتكيف مجددًا وإزالة التوتر المتراكم، ولكن ينبغي أيضًا على زملائهم الامتناع عن التصريحات الساخرة التي غالبًا ما لا يسمح لهم مزاجهم بسماعها (على سبيل المثال، «كيف كانت عطلتك؟»). يطلب بعض المحررين من زميل مقرّب للمراسل العائد من بعثة بمراقبته خلال الأسابيع التي تلي عودته والإبلاغ عن ظهور أي أعراض ضغوط نفسية ما بعد الصدمة، مثل مشاعر قوية أو انطواء على الذات. هذه العوارض تم تفصيلها في الفصل التالي.

■ الفصل السادس:
معالجة الجروح الجسدية والنفسية

يقدّم هذا الفصل معلومات أساسيات في الإسعافات الأولية لمساعدة المصاب ونصائح لمنع واكتشاف ومعالجة الصدمات النفسية التي قد يعاني منها الصحفيون العاملون في مناطق النزاعات أو الكوارث الإنسانية.

1. الإسعافات الأولية الواجب تقديمها للجرحى والمصابين

تهدف قواعد الأمن التي سبق الكلام عنها في الفصول السابقة إلى تقليص نسبة التعرض للمخاطر. ومع ذلك، فإن حصول حادث أو إصابة يبقى ممكنًا؛ لهذا نقدّم في هذا الفصل الإسعافات الأولية الواجب تقديمها للجريح بانتظار وصول النجدة الطبية في أقل الظروف سوءًا. لا يمكن، وبطبيعة الحال، لهذه التعليمات القليلة أن تحلّ مكان دورة تدريبية جديّة لتقنيات الإسعافات الأولية.

➜ قبل تنفيذ الإسعافات الأولية

مجرد إغاثة شخص ما يمكن أن تكون صادمة، وخصوصًا عندما نتواجه مع إصابات خطيرة، ضحايا فاقدة للوعي أو عندما يكون الجرحى من الأصدقاء أو أطفالاً. في هذه الحالات التي تولّد تلقائيًا ضغطًا نفسيًا، تقوم مهمّتك على تقييم خطورة حالة الجريح الصحية وفرص بقائه على قيد الحياة، مع الأخذ بعين الاعتبار دائمًا أنه لكي تكون مسعفًا فعّالاً عليك أن تتجنّب أنت أيضًا الوقوع في إصابة.

وانتبه، عندما تكون في عجلة من أمرك، لا تظن نفسك طبيبًا: يمكن أن يتفاقم الوضع الصحي للمصاب إذا قمت ببعض تقنيات الإغاثة بطريقة خاطئة.

عندما تقترب أكثر من مكان الحادث، احم نفسك وقيّم الوضع. كن متنبهًا إلى الأخطار مثل النار ونقص الأكسجين والأماكن الضيّقة والمخاطر الكهربائية والكيميائية وكذلك تلك الناجمة عن حركة المرور. تذكر دائمًا أن المصاب قد يعاني من مرض معدٍ مثل التهاب الكبد الوبائي أو الإيدز. يمكنك تقليل المخاطر عنً طريق ارتداء القفازات وغيرها من أشكال الحماية.

➜ المعلومات التي تمّ جمعها هنا مقتبسة من دليل الحركات المنقذة للصليب الأحمر الفرنسي. هي ليست بديلاً عن أي دورة تدريبية في مجال الإسعافات الأولية، التي يُنصح بشدة لكل العاملين في مناطق خطرة بالخضوع لها.

أربع خطوات لتقديم الاسعافات الأولية

1. أمّن مكان الحادث والأشخاص المعنيين: قم بتقييم الأوضاع الأمنية وضمان عدم وجود أي خطر إضافي (حركة السير والحرائق والكهرباء...). لا تقترب من مكان الحادث إلا إذا كان ذلك لا يشكل أي خطر بالنسبة لك. حاول قدر المستطاع ضمان سلامة الضحايا والأشخاص الآخرين المتواجدين في مكان الحادث. إذا كان الوضع خطيرًا ولا يمكنك التصرف من دون التعرض لمخاطر، قم بتنبيه خدمات الطوارئ وبإنشاء محيط أمني حول موقع الحادث حتى وصول المساعدة.

2. قيمّ حالة الضحية: عرّف بنفسك واشرح للضحية ما الذي ستفعله لطمأنته. تأكد من أنه واعٍ وأنه يتنفس بشكل طبيعي. إن حياة المصاب مهدّدة أمام أي تغيير يطرأ على حالة الوعي أو التنفس. يجب إعطاء هذه المعلومات للمسعفين عند وصولهم.
3. إذا كنت بحاجة إلى مساعدة، قم بتنبيه خدمات الطوارئ.
4. قدّم الإسعافات الأولية بطريقة هادئة وبتروّ.

أمام ضحية فاقد الوعي

إذا كان الضحية فاقد الوعي، وإذا كان صدره يرتفع وينخفض بانتظام، يجب فتح مجرى الهواء ووضعه في وضع الإفاقة:

1. تأكد من أن الضحية لا يستجيب.
2. حرّر مجرى الهواء (انظر التقنية أدناه).
3. تأكد من أن الضحية يتنفس.
4. ضع الضحية في وضع الإفاقة (انظر التقنية أدناه).
5. اطلب من شخص ما الاتصال بالاسعاف، اذهب لطلب المساعدة إذا كنت وحيدًا.
6. تحقق بانتظام من أن الضحية يتنفس حتى وصول المساعدة.

✚ تقنية تحرير مجرى الهواء

عند فقدان الوعي، تقوم العضلات بالانبساط ما يؤدي إلى انسداد في مجرى الهواء عبر وقوع اللسان في الجزء الخلفي من الحلق. يمكن القضاء على هذا الخطر عبر إرجاع رأس الضحية إلى الوراء ورفع ذقنه.

قم بفكّ قبّة قميص المصاب، ربطة عنقه أو الحزام إذا لزم الأمر. ضع يدًا على جبهة الضحية وقم بميل رأسه بلطف الى الوراء.

في نفس الوقت، ضع أصابع اليد الأخرى على طرف ذقن الضحية وارفع هذا الأخير لإزالة اللسان من الجزء الخلفي للحلق وتحرير مجرى الهواء.

لا تقم بالضغط على أي منطقة لينة أسفل الذقن لئلاّ تعيق التنفس.

تحقق من تنفس الضحية:

- تأكّد من أن صدره يرتفع وينخفض بانتظام.
- استمع إلى أصوات التنفس بتقريب أذنك إلى فمه.
- حاول أن تشعر بتنفّسه عن طريق وضع وجنتك بالقرب من فمه لمدة عشر ثوان.

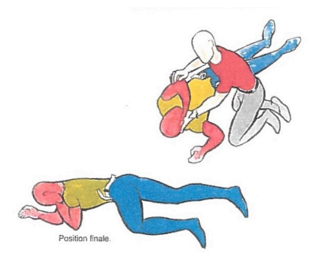
✚ تقنية وضع الإفاقة (Recovery Position)

1. إذا كان الضحية يرتدي النظارات، قم بنزعها. تأكد من أن رجليه ممدودتان جنبًا إلى جنب. وإلاّ، قرّبهما بلطف من بعضهما البعض لوضعهما في محور الجسم.
2. ضع ذراع الضحية الأقرب إليك في وضع زاوية قائمة على جسمه. قم بثني كوع الضحية مع الحفاظ على راحة يده موجّهة نحو الأعلى. تمركز بجانب الضحية راكعًا على ركبتيك.
3. أمسك الذراع الأخرى للضحية في يد واحدة، ضع الجزء الخلفي من يده بالقرب من أذنه، من جهتك. أَبق يد الضحية ضاغطة على أذنه.
4. أمسك الفخذ البعيد عنك باليد الأَخرى من خلف الركبة وارفعه مع الحفاظ على القدم على الأرض. قف بعيدًا عن الضحية بما فيه الكفاية، على مستوى صدره، من أجل وضعه على جانبه نحوك دون الحاجة إلى الرجوع إلى الوراء.
5. قم بدحرجة الضحية عن طريق سحب ساقه حتى ملامسة ركبته الأرض. أزل يدك بلطف من تحت رأس الضحية ممسكًا كوعه بيدك الأخرى لكي لا تنزلق يده وتجنّب تحريك رأسه.
6. اضبط وضعية الفخذ كي يشكل الورك والركبة زاوية قائمة.
7. افتح فم الضحية بيد واحدة بواسطة الإبهام والسبابة وذلك من دون تحريك الرأس للسماح بتدفق السوائل إلى الخارج.

اطلب من شخص ما طلب الاسعاف أو اذهب لطلب لمساعدة إذا كنت وحيدًا.

تأكد دائمًا من أنه يتنفس بشكل طبيعي.

✚ وضع الإفاقة



المرجع: اتحاد عمال الانقاذ الفرنسيين الصليب الأبيض – رسم جان–بيار دانارد

النزيف الخارجي

عندما يتدفق الدم باستمرار من الجرح، يجب الضغط مباشرة على الجرح ذلك لوقف النزيف:

1. تجنب، إذ كان ممكنًا، أي اتصال مع دم الضحية. اطلب منه أن يضغط بنفسه على الجرح.
2. وإلاّ قم بالضغط مباشرة على الجرح بيديك المحميّتين (قفازات، كيس من البلاستيك أو قطعة قماش).
3. ضع الضحية في وضع أفقي.
4. اطلب من أي شخص حاضر طلب الاسعاف أو قم أنت بذلك.

5. إذا استمرّ الجرح ينزف، اضغط عليه بقوة أكثر. إذا استمرّ النزيف، وفي حال كان يطال أحد الأعضاء (الذراع أو الساق) وأصبحت حياة الضحية على المحك، قم بوضع عاصبة (انظر التقنية).
6. واصل الضغط على الجرح حتى وصول الاسعاف.
7. إذا كنت بحاجة إلى الذهاب (على سبيل المثال للذهاب لإعطاء الإنذار)، قم بربط عصابة التضميد لتحل مكان الضغط اليدوي.
8. اغسل أو عقّم يديك بعد إجراء هذه الإسعافات الأولية.

✚ تقنية: كيفية وضع عصابة التضميد

يجب أن يكون القماش الذي سيتم وضعه مكان اليد نظيفًا ويجب أن يغطي الجرح النازف تمامًا. يجب إجراء عملية تبديل الضغط اليدوي بعصابة التضميد في أسرع وقت ممكن. يجب على العصابة أن تكون كبيرة بما فيه الكفاية لتغطية كامل الجرح وطويلة بما يكفي للفّها مرتين على الأقل حول الطرف المصاب. يجب أن يكون الرابط مشدودًا بما فيه الكفاية للضغط على الجرح النازف ولمنع معاودة النزيف.

إذا لم توقف عصابة التضميد النزف تمامًا، قم بوضع قطعة ثانية على الأولى لزيادة الضغط. إذا لم تنجح، كرّر الضغط اليدوي.

✚ النزيف الشديد ووضع العاصبة

← هذه النصائح هي من كريستوف تالميت مسعف ومدير التدريب في الصليب الأحمر الفرنسي.

لمواجهة نزيف خارجي كبير، يجب أولاً وضع ضمادة ضاغطة (خاصة لإيقاف النزيف) في حالات الطوارئ: إنها تعمل بمثابة وسادة تضغط على الجرح ويجب إبقاءها على الجلد بواسطة عصابات ضيقة.

لمواجهة نزيف حاد في الأطراف (الذراعين والساقين) وفي حال كنت غير قادر على إيقافه باستخدام ضمادة ضاغطة، وإذا كانت حياة المصاب في خطر ولم يكن فريق الاسعافات الأولية على مقربة منك، قم بوضع عاصبة لتوقف تدفّق الدم إلى الجرح وذلك فقط في الحالات الملحة جدًا.

يجب أن تكون العاصبة رباطًا واسعًا من قماش وقوية بما فيه الكفاية لعدم جرح الجلد وللضغط على مجرى الدم. يجب أن توضع أعلى الجرح بحيث أن المنطقة التي سيتم حرمها من الدم تكون صغيرة قدر الإمكان.

كيفية ربط العاصبة: اثنِ الرباط لتشكيل حلقة. إذا كان الجرح في منتصف الربلة (بطّة الرجل)، ضعِ الحلقة تحت ركبة المصاب على أن يكون طرفا العصابة من جانب واحد. امسك بطرف واحد من الحلقة الموضوعة (عن طريق الضغط بركبتك مثلاً)، ومرّر الطرف الثاني فوق الجرح إلى الحلقة. عندما يدخل الطرف الثاني في الحلقة، قم بشدّه جيدًا لوقف النزيف. وقم بعقده مع الطرف الآخر (الذي كنت تضغط عليه بركبتك).

وهناك أيضًا العاصبة المرقأة، يكفي وضع الرباط ولفه على عصا لشدّه.

⚠ تحذير:

- لا تقم بفك العاصبة بمجرد توقف النزيف لأي سبب كان قبل وصول الطبيب.
- سجّل على الفور وقت وضعك للعاصبة وأظهره بشكل بارز على المصاب (على سبيل المثال على جبهته). هذه المعلومات أساسية للجرّاح الذي سيعالج الضحية. المبدأ العالمي يقوم على كتابة حرف G (لtorrag) مع التوقيت المحلي. مثلاً: إذا وضعت العاصبة عند 14:30 بالتوقيت المحلي، سجّل G14:30.
- لا تضع ملابس أو بطانية على العاصبة، ففي حال عدم تبيان العاصبة، سيتمّ سحبها بعد فوات الأوان.
- بسبب النزيف، قد يتعرض الشخص المصاب لأعراض ضيق في

الدورة الدموية (انخفاض في الضغط، شحوب، عرق بارد). قم بتمديده وطمئنته.

- لا تعطِ الجريح ماء للشرب لأنه سيخضع لعملية جراحية. رطّب شفتيه إذا لزم الأمر.

الكسور

أمام كسر، وفي حال عدم توفّر مركز إسعاف قريب، يجب شلّ حركة المفاصل الواقعة فوق وتحت الكسر، وذلك بهدف تخفيف الألم ومنع وقوع مضاعفات.

مثلاً:

- شلّ حركة الكوع والمعصم إذا كان الساعد مكسورًا.
- شلّ حركة الركبة والكاحل إذا كانت الساق مكسورة.
- شلّ حركة الأعضاء بطريقة مؤقتة هو ضروري للأعضاء إذا كان يجب نقل الضحية في ظلّ غياب المعدات الضرورية. يتم تنفيذها عبر:
- ملابس الجريح: في حالة عدم وجود أي عدّة، قم بالاستعانة بقطعة ثياب (قميص، سترة، إلخ) للقيام بشلّ مؤقت للأعضاء عبر لفّها وربطها بدبوس أو من أفضل بواسطة رباط (ربطة عنق، وشاح، الخ)،
- بطانية أو بطانيات،
- وشاح مثلث أو أكثر: مؤلف من نسيج غير قابل للتمدد (قطن، قماش غير منسوج). طول قاعدته الأدنى 2.1 م.

في حال حدوث كسر في طرف سفلي، يجب:

- تمديد الضحية
- شلّ حركته بعناية: ضمادات وجبيرة صلبة
- تنبيه الإسعاف لنقله على حمالة.

2. خطر الصدمة النفسية: استباق الجروح النفسية

← لقد وضع هذه المقدمة عن الصدمة النفسية مركز دارت (dartcenter.org)، الذي يقدم دعمًا للصحفيين بشأن هذه القضايا.

التوعية من خطر الصدمة النفسية
يمكن أن تطال الصدمة النفسية جميع الصحفيين الذين يعملون في منطقة خطرة و/أو الذين يغطّون أحداثًا تتعلّق بسكان مفجوعين من الحزن أو العنف أو من خسائر فادحة. وتؤكد الدراسات الحديثة أن الإعلاميين هم أيضًا معرضون لجروح نفسية على غرار الجنود ورجال الاطفاء وغيرهم الذين عاينوا هذه المآسي. التوعية من خطر الصدمة النفسية هي ضرورية لضمان عمل صحفي فعّال ومستقلّ. في ظلّ غياب هذه التوعية، من الممكن أن تتأثر سلامة وصحة المراسل، حكمه المهني وحتى حياته المهنية.

ما هي الصدمة النفسية؟
يعتقد الأخصّائيون في الصحة العقلية أن حدثًا ما يمكن أن يكون صادمًا عندما يواجه الشخص مشاعر قوية من الخوف أو الضعف أو الرعب بعد أن واجه الموت أو خطر الموت الوشيك، إصابة خطيرة أو تهديدًا لسلامته الجسدية. الحالات التي يقوم الصحفيون بتغطيتها بانتظام كالتفجيرات والاعتداءات العنيفة، والاغتصاب، والتعذيب، وآثار الكوارث الطبيعية أو الحوادث الخطيرة تقع ضمن هذه الفئة.
الحضور الجسدي في هذه الأماكن ليس شرطًا للتعرض للصدمة: التعرض المتكرر للصور العنيفة، أو معرفة أن قريبًا قد واجه تهديدًا خطيرًا يمكنه أيضًا، في بعض الحالات، أن يسبب صدمة نفسية.

تكمن ردود الفعل ما بعد الصدمة النفسية في آلية الدفاع الطبيعية.

لمواجهة كل ما يبدو كأنه تهديدًا، يقوم الدماغ بفرز هرمونات، بما في ذلك الأدرينالين. إلاّ أن كل فرد يتفاعل بشكل مختلف. وآلية الدفاع للبقاء على قيد الحياة قد تؤدي بشكل خاص إلى:

- يقظة مفرطة مع زيادة في حاسة السمع.
- أجوبة دفاعية أو تهرّب (زيادة معدل ضربات القلب، وجفاف الفم، وفقدان السيطرة على الأمعاء، والتعرق، إلخ).
- تنميل وشعور بالتفارق (يشعر الفرد برؤية الحدث يحصل أمامه مثل فيلم من دون يكون جزءًا منه).
- زيادة الانفعالية.

ردود الفعل المذكورة أعلاه هي طبيعية وضرورية في بعض الأحيان من أجل البقاء على قيد الحياة ضمن بيئة خطرة. وعادة ما تتبدّد خلال أيام أو أسابيع قليلة بعد زوال الخطر. قد يحصل في بعض الأحيان أن تبقى هذه التفاعلات قائمة إلى جانب الشعور بالقلق. قد يشعر المرء بأنه تغيّر من بعد المحنة التي تعرض لها وتتطور لديه أعراض محددة:

- ذكريات مفاجئة: كوابيس، وذكريات من الماضي وأشياء أخرى تذكر بالحدث الصادم.
- جسم «في حالة تأهب»: معدل ضربات قلب مرتفع، تعرق ليلي، الخ.
- ردات فعل قوية في مواجهة الأحداث اليومية، مشاكل في التركيز، سرعة في الغضب، ونوبات غير عادية من الغضب.
- خمول في الاستجابة والعواطف، وانطواء على الذات.
- عدم تقبّل بعض التصورات الحسية (أصوات، روائح، صور...) و/أو ردود فعل تذكّر بالحدث الصادم.

إذا استمرت هذه الأعراض بعد شهر من عودة الصحفي من البعثة، فإنها يمكن أن تكشف عن جروح نفسية محتملة (ملاحظة: بالنسبة للصحفيين المحليين الذين يعيشون في خطر دائم، فإنه من الصعب تحديد الأعراض المبكرة). يعرّف علماء النفس «حالة الاضطراب ما بعد الصدمة» (PTSD)

بأنها حالة تجمع الذكريات المفاجئة، واليقظة المفرطة والخمول العاطفي. ولكن قد تحدث اضطرابات سلوكية أخرى: تطوّر على صعيد الاكتئاب القلق المتكرر أو الادمان على الكحول أو المخدرات، الخ.

من المستحيل التنبؤ بظهور الاضطرابات. حتى الصحفيين من ذوي الخبرة الذين يعتبرهم زملاؤهم أقوياء عاطفيًا هم أيضًا معرضون للاضطرابات. ومع ذلك، فاضطراب ما بعد الصدمة ليس حتميًا. هناك بعض العلاجات الفعّالة، وتشير الدراسات إلى أن الفرد يمكن أن يعزز قدرته على مواجهتها عبر اللجوء إلى احتياطات معينة.

الحماية

← يمكن للصحفيين تنفيذ بعض الخطوات العملية قبل وأثناء وبعد كل بعثة معرضة للخطر.

قبل المغادرة في بعثة:

- الاستعداد: استعدّ بشكل جيّد لبعثة معرضة للخطر، سواء من خلال التدريب، والتعرف على مخاطر الصدمات النفسية والتآلف قدر الإمكان مع تاريخ وثقافة بلد الوجهة – للحد من التوتر وزيادة قدرتك على التكيّف مع آثار الصدمة.
- حدّد حلفاءك: اتصل بأشخاص متواجدين على الميدان لكي تكون شبكة معارفك حاضرة مسبقًا. يمكن لزملائك، بما في ذلك العاملين في المجال الإنساني، تقديم الدعم القيّم لك، خاصة إذا كنت وحيدًا في البعثة.
- قم بتحضير نفسك جسديًا: الحالة الجسدية الجيدة تعزز مقاومة أفضل للإجهاد.
- لا تهمل حياتك الشخصية: اقض وقتًا مع العائلة والأصدقاء والأحباء. رتّب أمورك المالية وتأكد من أن تبلّغ أقرباءك تفاصيل

عن بوليصة التأمين على حياتك، وصيتك، الخ. هذا سيجنّبك القلق الذي قد تشعر به أثناء المهمة لعدم حلّ هذه الأمور. وإذا كان ذلك ممكنًا، قم بترتيب منزلك قبل المغادرة: العثور على سكن نظيف ومنظم يؤمن لك الراحة، سيجعل الأمور أسهل عند عودتك من بعثتك.

- تأكد من أنك تنوي الذهاب: التعرض بشكل متكرر لأحداث خطيرة أو مؤلمة من دون أخذ وقت كاف للاستراحة يزيد من خطر تعرضك لاضطرابات ما بعد الصدمة. إذا شعرت أنك مجبرًا على الذهاب، إذا كان لديك شعور بأن هذا ليس هو الوقت المناسب، أو إذا كنت بكل بساطة غير مستعد عاطفيًا، قم برفض الذهاب في بعثة.

خلال البعثة:

- **الاهتمام بجسمك:**
  - كل ونم بشكل جيد.
  - التمارين الرياضية: تكفي 30 دقيقة من التمارين الرياضية أو المشي.
  - اشرب الماء: التجفاف يؤثر على الوظائف الدماغية.
  - لا تفرط في شرب الكحول، لأنه يزيد من نسبة حصول الكوابيس واسترجاع ذكريات الماضي.
  - انتبه إلى المنشطات: الكافيين يرفع نسبة الأدرينالين.

- **خذ بعين الاعتبار حاجاتك العاطفية:**
  - قم بنشاطات يومية للاسترخاء: قراءة وممارسة الرياضة والأشغال اليدوية، الخ.
  - كن منتبها إلى شعورك: تكلم مع أحد عمّا تشعر به أو حاول كتابة مذكراتك.
  - لا تقلل أبدًا من أهمية الضحك.

- حاول أن تتنفس بعمق، وخاصة إذا كنت قلقًا: استنشق ببطء مع نفخ الحجاب الحاجز، توقف لبرهة وقم بالزفير ببطء أكثر.
- حاول رؤية الحالات السلبية في ضوء إيجابي: من دون تجاهل ما حدث، يجب أن تدرج في التقرير الجوانب الإيجابية الممكنة. استرجاع فشل يجعلك حساسًا. ركّز جهودك على ما يمكنك القيام به.

- **كن مصغيًا للآخرين:**
- إقامة علاقات اجتماعية هي واحدة من أهم العوامل الوقائية ضد مخاطر ما بعد الصدمة: هذا يتطلّب انفتاحًا على الآخرين، وقبول بمنح الدعم وتلقّيه.
- احرص على إبقاء موقف متفهم، إيجابي وداعم.
- كن حاضرًا للاصغاء، دون إجبار الآخرين على تقاسم مشاعرهم أو القيام باستنتاجات سريعة عن مشاعر الآخرين: كل شخص يتحكّم بمشاعره على طريقته، وهذا يتوقف على ثقافته وتربيته.
- أعط نفسك ولزملائك الوقت الكافي للتعافي من حالة مرهقة. إذا كان لدى أحد الأشخاص صعوبة للتعافي، انصحه بالقيام بمهام بسيطة بدلاً من التوقف عن العمل تمامًا.
- افهم مصادرك: أن تكون على بيّنة من التأثير المحتمل للأحداث المؤلمة على الأفراد يمكن أن يساعدك على تجنب الأخطاء الصحفية. يكون بعض الضحايا الذين قابلتهم متأثرين فتكون شهاداتهم تحتوي على أخطاء عن غير قصد. بينما يتذكر الآخرون التفاصيل بكل دقة.

بعد البعثة:

قد يكون ترك البعثة خلفك هو الأكثر صعوبة. قد تبدو لك التقارير غير مُجدية. قد يشعر المراسل أحيانًا بالذنب لترك وراءه أناسًا هم دائمًا في حالة خطر أو عوز. ردود الفعل هذه هي شائعة، وقد يكون من المفيد

الحديث عنها. ولكن مشاركة ما عشته مع أشخاص من الخارج يمكنه أيضا أن يسبّب مشكلة. قد يكون البعض قادرًا على وضع حد لمناقشة مؤلمة؛ والبعض الآخر يقلل من الحقائق. لا يمكن للجميع الاستماع... وبالإضافة إلى ذلك، قد يكون المراسل مترددًا في الحديث عن مواضيع قد تدفع عائلته أو أصدقائه للقلق بشأن سلامته.



وهنا بعض النصائح لتحسين عودتك بعد البعثة:

- قبل أن تعود إلى المنزل، يقترح بعض الصحفيين أخذ بضعة أيام من الفرصة ل «التخلص من التوتر» (في هذه الحالة، اشرح الأسباب لأقاربك).
- إذا بقيت في بعثة لفترة طويلة، فإن الأمور قد تكون تغيّرت في محيطك وقد لا تجد الأشياء كما كانت عند المغادرة. إذا كان التفكير في الحياة التي لديك في المنزل هو حافزًا لك أثناء المهمة، فمن الأفضل أن تبقى واقعيًا حول ما تأمل أن تجده عند العودة.
- قم بنسج علاقات مع أشخاص عاشوا تجارب مماثلة يمكنك التحدث معهم أو مجرد الاسترخاء دون الحاجة إلى شرح حالتك.
- قم بتقييم حالتك ووضعك النفسي فالأوان لم يفت بعد للحصول على مساعدة.

التعامل مع صور عنيفة

غالبًا ما تكون الصور ومقاطع الفيديو من مناطق الحرب، مشاهد الجرائم والكوارث الطبيعية عنيفة وقاسية. وقد أدّى انتشار صور عالية الوضوح على مدى العقد الماضي إلى زيادة كبيرة في حجم المحتوى المرئي الصادم الذي يصل إلى إدارات التحرير، سواء كانت الصور التي قد تم أخذها من قبل إعلاميين متخصصين أو تم نشرها على الانترنت من قبل أفراد على الشبكات الاجتماعية.

يشعر الفرد بالاشمئزاز والقلق والعجز عندما يواجه يوميًا صورًا عنيفة ومثيرة للقلق حتى ولو كان بعيدًا عن هذه الأحداث. يمكن للصور أن تتدخل في أفكاره وأثناء نومه.



وفيما يلي ست نصائح من اختصاصيين في وسائل الإعلام يمكن تطبيقها للحد من مخاطر الصدمة المرتبطة بمشاهدة الصور العنيفة:

1. يجب اعتبار الصور العنيفة كشكل من أشكال الإشعاع، وهي مادة سامة ضارة تؤثر على الشخص حسب الجرعة التي يتعرض لها. الصحفيون، والموظفون في المجال الإنساني أو المجال النووي لديهم بالتأكيد عملاً للقيام به، ولكن يجب اتخاذ خطوات لتجنب التعرض غير الضروري للخطر.
2. تجنب قدر الإمكان تعريض نفسك دون داع لصور بطريقة تكرارية. راجع إجراءات التصنيف والتحديد لعدم مشاهدة الصور أكثر من مرة: قم بتدوين الملاحظات التفصيلية من أول مشاهدة، وخاصة العناصر المميزة التي تسمح لك بالتأكد من مصداقية الصورة أو الفيديو عن طريق المقارنة بمصادر أخرى. لا تعرض صورًا قاسية لزميل دون أن تحذره من محتوياتها.
3. ابحث عن وسيلة لوضع مسافة بينك وبين الصورة. بعض الناس يجدون أنه من المفيد التركيز على بعض التفاصيل، مثل الملابس، وتجنب تفاصيل أخرى بما في ذلك الوجوه. قم وقتيًا بتغطية الأجزاء المخيفة من الصورة.
4. حاول ضبط إطار المشاهدة: يمكن لتقليل حجم النافذة (تجنب ملء الشاشة)، واخفاض سطوع أو نقاوة الصورة أن يخفف من تأثير الصورة على عقلك. عندما يكون ذلك ممكنًا، قم بإيقاف الصوت الذي غالبًا ما يكون العنصر الأكثر صدمة.
5. خذ فترات راحة متكررة وابتعد عن الشاشة. تمدّد، مدّ ساقيك، اخرج للحصول على هواء نقي أو تأمل في شيء لطيف. تجنب خاصة

العمل على صور قاسية قبل النوم.

6. احمِ نفسك. قد تشعر أنه من واجبك مضاعفة جهودك عند العمل علىٰ موضوع هام، ولكن من المهم لصحتك العقلية الحفاظ على وقت لالتقاط الأنفاس والراحة خارج أوقات عملك.

ملاحظة لمديري ورؤساء التحرير

إن وجود بروتوكول فعال لإدارة المخاطر النفسية والصدمة يمكن أن يكون له تأثيرًا إيجابيًا للغاية على رفاهية وأداء فريقك. يقع على عاتقك، مديرًا أو محررًا، أن تستعلم عن مخاطر الصدمة وأن تقوم بوضع وسائل للحد من تأثيرها. للاستفادة من الموارد المفيدة والمعلومات، يرجى الاتصال بدارت سنتر www.dartcenter.org

■ الملحق الأول:
النصوص المرجعية بشأن حماية الصحفيين في مناطق النزاع

كما لموظفي المساعدة الإنسانية، تعطي الأحكام المحدّدة في القانون الدولي الحصانة إلى الصحفيين في النزاعات المسلحة. بموجب المادة 79 من البروتوكول الإضافي الأول لاتفاقيات جنيف، التي تكوّن قاعدة عرفية، يجب اعتبار الصحفيين في مناطق النزاع من المدنيين وحمايتهم بهذه الصفة شريطة ألاّ يأخذوا طرفًا في الأعمال العدائية.

إن القرار 2222، الذي اعتمده مجلس الأمن التابع للأمم المتحدة في 27 أيار/مايو 2015 من أجل توسيع وتعزيز قرار 1738 لعام 2006، يذكّر جميع أطراف النزاع المسلح بالالتزامات المتعلقة باحترام وحماية موظفي وسائل الإعلام ضد جميع أشكال العنف. كما دانت الجمعية العامة للأمم المتحدة، في القضية في قراراتها 68/163 من كانون الأول/ ديسمبر 2013 و 69/185 من كانون الأول/ ديسمبر 2014، العنف ضد الصحفيين وحثّت الدول الأعضاء على العمل على منع وقوعها.

← بروتوكول إضافي لاتفاقيات جنيف المؤرخة في 12 آب/أغسطس 1949 والمتعلق بحماية ضحايا المنازعات المسلحة الدولية (البروتوكول الأول)، 8 تموز/يونيو 1977

المادة 79 – تدابير حماية الصحفيين

1. يعد الصحفيون الذين يباشرون مهمات مهنية خطرة في مناطق المنازعات المسلحة أشخاصًا مدنيين ضمن منطوق الفقرة الأولى من المادة 50.
2. يجب حمايتهم بهذه الصفة بمتضى أحكام الاتفاقيات وهذا البروتوكول شريطة ألاّ يقوموا بأي عمل يسيء إلى وضعهم كأشخاص مدنيين وذلك دون الاخلال بحق المراسلين الحربيين المعتمدين لدى القوات المسلحة في الاستفادة من الوضع المنصوص عليه في المادة 4-A.4 من الاتفاقية الثالثة.
3. يجوز لهم الحصول على بطاقة هوية وفقًا للنموذج المرفق بالملحق رقم 2 لهذا البروتوكول، وتُصدر هذه البطاقة حكومة الدولة التي يكون الصحفي من رعاياها، أو التي يقيم فيها، أو التي يقع فيها جهاز الأنباء الذي يعمل لديه، وتشهد على صفته كصحفي.

← القرار 2222 (2015) الذي اتخذه مجلس الأمن في 27 أيار/مايو 2015

1. إن مجلس الأمن، (...) إذ يسلم بأن عمل الصحفيين والإعلاميين والأفراد المرتبطين بوسائل الإعلام كثيرًا ما يعرضهم بشكل خاص لخطر التخويف والمضايقة والعنف في حالات النزاع المسلّح،
2. (...) وإذ يساوره بالغ القلق إزاء تكرار أعمال العنف في أجزاء عديدة من العالم ضد الصحفيين والإعلاميين والأفراد المرتبطين بوسائل الإعلام في النزاع المسلح، وبخاصة الاعتداءات المعتمدة ضدّهم في انتهاك للقانون الإنساني الدولي،
3. (...) وإذ يعترف كذلك بالمخاطر التي تواجهها الصحفيات والإعلاميات والنساء المرتبطات بوسائل الإعلام في الاضطلاع

بمهامهن، وإذ يشدد في هذا السياق على أهمية النظر في البعد الجنساني للتدابير الرامية إلى كفالة سلامتهن في حالات النزاع المسلّح، (...)

4. يدين جميع الانتهاكات والتجاوزات المرتكبة ضد الصحفيين والإعلاميين والأفراد المرتبطين بوسائل الإعلام في حالات النزاع المسلّح، ويدعو جميع الأطراف في النزاع المسلح إلى وضع حد لهذه الممارسات؛

5. يؤكد أن العمل الذي تقوم به وسائل الإعلام الحرة والمستقلة والنزيهة يشكل ركيزة أساسية من ركائز المجتمع الديمقراطي، ويمكن بالتالي أن تسهم في حماية المدنيين؛

6. يدين بشدة الإفلات من العقاب عن الانتهاكات والتجاوزات التي ترتكب ضد الصحفيين والإعلاميين والأفراد المرتبطين بوسائل الإعلام في حالات النزاع المسلّح، ما قد يساهم بدوره في تكرار هذه الأفعال؛

7. يؤكد على مسؤولية الدول عن الامتثال للالتزامات ذات الصلة بموجب القانون الدولي من أجل وضع حد للإفلات من العقاب ومحاكمة المسؤولين عن الانتهاكات الخطيرة للقانون الانساني الدولي؛

8. (...) يحث على الإفراج الفوري وغير المشروط عن صحفيين وموظفي وسائل الإعلام والأفراد المرتبطين بها الذين اختطفوا أو أخذوا كرهائن في حالات النزاغ المسلّح؛

9. يحث جميع الأطراف المشتركة في حالات النزاع المسلح على احترام الاستقلال المهني للصحفيين وموظفي وسائل الإعلام والأفراد المرتبطين بها وحقوقهم كمدنيين؛

10. يشير أيضًا إلى أن المعدّات والمنشآت الخاصة بوسائل الإعلام هي أملاك مدنية ولا يجوز في هذا الصدد أن تكون عرضة لأي هجمات أو أعمال انتقامية، ما لم تكن أهدافًا عسكرية؛

11. يسلم بالدور المهم الذي يمكن أن يؤديه التعليم والتدريب في مجال القانون الإنساني الدولي لدعم الجهود الرامية إلى وقف ومنع

الهجمات التي تستهدف المدنيين المتضررين من النزاعات المسلحة، ومنهم الصحفيون والإعلاميون والأفراد المرتبطون بوسائل الإعلام؛

12. يؤكد أنه ينبغي لبعثات الأمم المتحدة لحفظ السلام وبعثاتها السياسية الخاصة، حسب الاقتضاء، أن تضمّن تقاريرها المطلوب تقديمها معلومات عن أعمال العنف الخاصة الموجهة ضد الصحفيين والإعلاميين والأفراد المرتبطين بوسائل الإعلام في حالات النزاع المسلح؛

13. يحث جميع الأطراف في النزاع المسلح على أن تبذل قُصارى جهدها لمنع ارتكاب انتهاكات للقانون الانساني الدولي ضد المدنيين، بمن فيهم الصحفيون والإعلاميون والأفراد المرتبطون بوسائل الإعلام؛

14. يهيب بالدول الأعضاء أن تعمل، في القانون وفي الممارسة العملية، على تهيئة وإدامة بيئة آمنة ومواتية للصحفيين وموظفي وسائل الإعلام والأفراد المرتبطين بها لكي يقوموا بعملهم باستقلالية ودون تدخل لا موجب له في حالات النزاع المسلح؛

15. (...) يطلب إلى الأمين العام أن يدرج باستمرار مسألة سلامة وأمن الصحفيين والإعلاميين والأفراد المرتبطين بوسائل الإعلام بوصفها بندًا فرعيًا في تقاريره بشأن حماية المدنيين في النزاع المسلح، بما في ذلك وجود تدابير لحماية الأفراد الذين يواجهون تهديدًا وشيكًا، وأن يكفل تضمين المعلومات المتعلقة بالهجمات وأعمال العنف التي تستهدف الصحفيين والإعلاميين والأفراد المرتبطين بوسائل الإعلام والإجراءات المتخذة لمنع مثل هذه الحوادث بوصفها جانبًا محددًا في التقارير ذات الصلة المقدمة عن بلدان محددة.

← القرار 69/185 للجمعية العامة للأمم المتحدة في 18 كانون الأول/ديسمبر 2014، بشأن سلامة الصحفيين ومسألة الإفلات من العقاب

إن الجمعية العامة، (...) وإذ تعترف بأن الصحافة تتطور باستمرار لتستوعب إسهامات مقدمة من مؤسسات إعلامية وأفراد عاديين وطائفة من المنظمات التي تلتمس المعلومات والأفكار بجميع أنواعها وتتلقاها وتبثّها عن طريق شبكة الإنترنت وغيرها من الوسائل، ممارسة منها لحرية الرأي والتعبير، وفقًا للمادة ١٩ من العهد الدولي الخاص بالحقوق المدنية والسياسية، مسهمة بذلك في تشكيل ملامح النقاش العام،

(...) وإذ يساورها قلق بالغ إزاء جميع انتهاكات وتجاوزات حقوق الإنسان المرتكبة فيما يتعلق بسلامة الصحفيين، بما في ذلك القتل والتعذيب والاختفاء القسري والقبض التعسفي والاحتجاز التعسفي والطرد والترهيب والمضايقة والتهديدات وغير ذلك من أشكال العنف،
وإذ تعرب عن القلق البالغ إزاء تزايد عدد الصحفيين والعاملين في وسائل الإعلام الذين قتلوا أو احتُجزوا في السنوات الأخيرة كنتيجة مباشرة لممارستهم مهنتهم،

وإذ تعرب أيضا عن القلق البالغ إزاء ما تمثله الجهات التي ليست دولاً، بما فيها الجماعات الإرهابية والمنظمات الإجرامية، من خطر متزايد يهدد سلامة الصحفيين، وإذ تعترف بالمخاطر الخاصة التي تواجه الصحفيات في سياق ممارستهن لعملهن،

وإذ تشدد، في هذا السياق، على أهمية اتباع نهج يراعي الفوارق بين الجنسين عند النظر في التدابير اللازمة لتعزيز سلامة الصحفيين،
وإذ تعترف أيضًا بأن الصحفيين معرضون بوجه خاص لأن يصبحوا أهدافًا في مراقبة الاتصالات أو اعتراضها على نحو غير قانوني أو تعسفي، انتهاكًا لحقهم في الخصوصية وفي حرية التعبير،

1. تدين بشكل قاطع جميع الاعتداءات وأعمال العنف الموجهة ضد الصحفيين والعاملين في وسائل الإعلام، من قبيل التعذيب وحالات الإعدام خارج نطاق القضاء وحالات الاختفاء القسري

والاعتقال التعسفي والاحتجاز التعسفي، وكذلك أعمال الترهيب والمضايقة، سواء في حالات النزاع أو في غير حالات النزاع؛

2. تدين بقوة انتشار الإفلات من العقاب على الاعتداءات وأعمال العنف الموجهة ضد الصحفيين، وتعرب عن قلقها البالغ لإفلات الغالبية العظمى من مرتكبي هذه الجرائم من العقاب، مما يسهم بدوره في تكرار هذه الجرائم؛
3. تحث على الإفراج الفوري عن الصحفيين والعاملين في وسائل الإعلام المحتجزين كرهائن أو الذين أصبحوا ضحايا الاختفاء القسري؛
4. تشجع الدول على اغتنام فرصة إعلان يوم ٢ تشرين الثاني/نوفمبر يومًا دوليًا لإنهاء الإفلات من العقاب على الجرائم المرتكبة ضد الصحفيين من أجل التوعية بمسألة سلامة الصحفيين ولإطلاق مبادرات ملموسة في هذا الصدد؛
5. تحث الدول الأعضاء على أن تبذل قصاراها لمنع أعمال العنف والتهديدات والاعتداءات الموجهة ضد الصحفيين والعاملين في وسائل الإعلام وتكفل المساءلة عن طريق إجراء تحقيقات محايدة وسريعة ومستفيضة ومستقلة وفعّالة في جميع ما يدعى وقوعه في نطاق ولايتها من أعمال عنف وتهديدات واعتداءات ضد الصحفيين والعاملين في وسائل الإعلام، وتقدم إلى العدالة مرتكبي هذه الجرائم، بما في ذلك كل من يصدر الأوامر أو يتواطأ لارتكاب مثل تلك الجرائم أو يساعد ويحرض على ارتكابها أو يتستر عليها، وتضمن وصول الضحايا وأسرهم إلى سبل الانتصاف المناسبة؛
6. تهيب بالدول أن تعمل، في القانون وفي الممارسة العملية، على إيجاد وإدامة بيئة آمنة ومواتية للصحفيين لكي يقوموا بعملهم باستقلالية ودون تدخل لا موجب له، وذلك بوسائل منها:

أ – وضع التدابير التشريعية؛

ب – توعية العاملين في الجهاز القضائي والموظفين المكلفين بإنفاذ القانون والعسكريين، وكذلك الصحفيين والمجتمع المدني،

بالواجبات والالتزامات المنصوص عليها في القانون الدولي لحقوق الإنسان والقانون الدولي الإنساني فيما يتصل بسلامة الصحفيين؛
ج – رصد الاعتداءات على الصحفيين والإبلاغ عنها؛
د – الإدانة العلنية والمنهجية للعنف والاعتداءات؛
ه – تخصيص الموارد اللازمة للتحقيق في هذه الاعتداءات ومقاضاة مرتكبيها ووضع وتنفيذ استراتيجيات لمكافحة الإفلات من العقاب على الاعتداءات وأعمال العنف الموجهة ضد الصحفيين، بوسائل منها تطبيق الممارسات الجيدة، حيثما كان ذلك مناسبًا، من قبيل تلك المحددة في قرار27/5 من مجلس حقوق الانسان المؤرخ في 25 أيلول/سبتمبر 2014.

7. تؤكد ضرورة ضمان تحسين التعاون والتنسيق على الصعيد الدولي، بطرق منها تقديم المساعدة التقنية وبناء القدرات، فيما يتعلق بضمان سلامة الصحفيين، بما في ذلك مع المنظمات الإقليمية؛
8. تهيب بالدول أن تتعاون مع كيانات الأمم المتحدة المعنية، ولا سيما منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة، وكذلك آليات حماية حقوق الإنسان الدولية والإقليمية وأن تتبادل المعلومات على أساس طوعي بشأن حالة التحقيقات في الاعتداءات وأعمال العنف الموجهة ضد الصحفيين؛(...)

■ الملحق الثاني: النصوص الأساسية التي تتعلق بحرية الصحافة

إن مبدأ حرية الصحافة متعارف عليه بموجب القانون الدولي. بالإضافة إلى النصوص ذات الطابع العالمي أو الإقليمي المذكورة في هذا الفصل، يجب إضافة عناصر القوانين المحليّة التي تعالج هذه المواضيع: المبادئ العامة للحقوق، الأعراف والعادات، الدستور والقوانين والمراسيم، الخ...

← الاعلان العالمي لحقوق الانسان

تم اعتماده في 10 كانون الأول/ديسمبر 1948

المادة 19

لكل شخص الحق في حرية الرأي والتعبير، ويشمل هذا الحق حرية اعتناق الآراء دون أي تدخل، واستقاء الأنباء والأفكار وتلقيها وإذاعتها بأية وسيلة كانت دون تقيد بالحدود الجغرافية.

← العهد الدولي الخاص بالحقوق المدنية والسياسية

تم اعتماده في 16 كانون الأول/ديسمبر 1966 ووضع حيّز التنفيذ 23 آذار/مارس 1976

المادة 19

1. لكل إنسان حق في اعتناق آراء دون مضايقة.
2. لكل إنسان حق في حرية التعبير. ويشمل هذا الحق حريته في التماس مختلف ضروب المعلومات والأفكار وتلقيها ونقلها إلى آخرين دونما اعتبار للحدود، سواء على شكل مكتوب أو مطبوع أو

في قالب فني أو بأية وسيلة أخرى يختارها.

3. تستتبع ممارسة الحقوق المنصوص عليها في الفقرة 2 من هذه المادة واجبات ومسؤوليات خاصة. وعلى ذلك يجوز إخضاعها لبعض القيود ولكن شريطة أن تكون محددة بنص القانون وأن تكون ضرورية:

أ – لاحترام حقوق الآخرين أو سمعتهم،

ب – لحماية الأمن القومي أو النظام العام أو الصحة العامة أو الآداب العامة.

الاتفاقية الأوروبية لحماية حقوق الإنسان والحريات الأساسية

تم اعتمادها في 4 تشرين الثاني/نوفمبر 1950
ووضعت حيّز التنفيذ في 3 أيلول/سبتمبر 1953

المادة 10 – حرية التعبير

1. لكل إنسان الحق في حرية التعبير. هذا الحق يشمل حرية اعتناق الآراء وتلقي وتقديم المعلومات والأفكار دون تدخل من السلطة العامة، وبصرف النظر عن الحدود الدولية. وذلك دون إخلال بحق الدولة في تطلب الترخيص بنشاط مؤسسات الإذاعة والتلفزيون والسينما.

2. هذه الحريات تتضمن واجبات ومسؤوليات. لذا يجوز إخضاعها لشكليات إجرائية، وشروط، وقيود، وعقوبات محددة في القانون حسبما تقتضيه الضرورة في مجتمع ديمقراطي، لصالح الأمن القومي، وسلامة الأراضي، وأمن الجماهير وحفظ النظام ومنع الجرائم، وحماية الصحة والآداب، واحترام سمعة الآخرين، ومنع إفشاء الأسرار، أو تدعيم السلطة وحياد القضاء.

← الاتفاقية الأمريكية لحماية حقوق الإنسان

تم اعتمادها في 22 نوفمبر/تشرين الثاني 1969 ووضعت حيّز التنفيذ في 18 تموز/يوليو 1978

المادة 13 – حرية الفكر والتعبير

1. لكل إنسان الحق في حرية الفكر والتعبير، ويشمل هذا الحق حريته في البحث عن مختلف أنواع المعلومات والأفكار وتلقيها ونقلها إلى الآخرين، دونما اعتبار للحدود الدولية، سواء شفهيًا أو كتابة أو طباعة أو في قالب فنيّ، أو بأية وسيلة يختارها.
2. لا يجوز أن تخضع ممارسة الحق المنصوص عليه في الفقرة السابقة لرقابة مسبقة، بل يمكن أن تكون موضوعًا لفرض مسؤولية لاحقة يحددها القانون صراحة وتكون ضرورية من أجل ضمان:
أ – احترام حقوق الآخرين أو سمعتهم.
ب – حماية الأمن القومي أو النظام العام أو الصحة العامة أو الأخلاق العامة.
3. لا يجوز تقييد حق التعبير بأساليب أو وسائل غير مباشرة، كالتعسف في استعمال الإشراف الحكومي أو غير الرسمي على ورق الصحف، أو تردد موجات الإرسال الإذاعية أو التلفزيونية، أو الآلات أو الأجهزة المستعملة في نشر المعلومات، أو بأية وسيلة أخرى من شأنها أن تعرقل نقل الأفكار والآراء وتداولها وانتشارها.
4. على الرغم من أحكام الفقرة 2 السابقة، يمكن إخضاع وسائل التسلية العامة لرقابة مسبقة ينص عليها القانون، ولكن لغاية وحيدة هي تنظيم الحصول عليها من أجل الحماية الأخلاقية للأطفال والمراهقين.
5. وإن أية دعاية للحرب وأية دعوة إلى الكراهية القومية أو الدينية، واللذين يشكلان تحريضاً على العنف المخالف للقانون، أو أي عمل غير قانوني آخر ومشابهة ضد أي شخص أو مجموعة أشخاص، مهما كان سببه، بما في ذلك سبب العرق أو اللون أو الدين أو اللغة أو الأصل القومي، تعتبر جرائم يعاقب عليها القانون.

← الشرعة الأفريقية لحقوق الإنسان والشعوب

تم اعتماده في 12 تموز/يوليو 1981 ووضع حيّز التنفيذ في 21 تشرين الأول/اكتوبر 1986

المادة 9

1. من حق كل فرد أن يحصل على المعلومات.
2. يحق لكل إنسان أن يعبر عن أفكاره وينشرها فى إطار القوانين والأنظمة.

■ الملحق الثالث:
شرعة حقوق وواجبات الصحفيين

إن شرعة حقوق وواجبات الصحفيين، المعروفة بميثاق ميونخ، قد تمت صياغتها وإقرارها في مدينة ميونخ الألمانية في يومي 24 و25 من شهر تشرين الثاني/ نوفمبر عام 1971. وتم تبني الشرعة لاحقًا من قبل غالبية نقابات الصحافة وتعتبر مرجعًا مهمًا في ممارسة المهنة.

مقدمة

إن حق الفرد في الحصول على المعلومات وفي حرية التعبير عن الرأي وفي توجيه النقد هي من الحقوق الأساسية للإنسان. وجميع حقوق وواجبات الصحفي مستمدة من حق عامة الناس في الحصول على المعلومات والتعرّف على الأحداث والآراء. إن مسؤولية الصحفي إزاء المجتمع بشكل عام هي أهم من أي مسؤولية أخرى وخاصة إزاء أرباب العمل والسلطات الحكومية. وتشتمل مهمة إعلام الآخرين بالأحداث الدائرة حولهم بالضرورة على قيود يفرضها الصحفيون على أنفسهم بشكل تلقائي، وهذا يشكل جوهر إعلان الواجبات الذي سيلي ذكره لاحقًا. ولكن الواجبات المترتبة على الصحفي عند ممارسته لمهنته لا يتم احترامها، إلا إذا ما توفرت الظروف التي تضمن الاستقلالية والاحترام الواجبين لمهنته، وهذا يشكل جوهر إعلان الواجبات والحقوق الذي سيلي ذكرهالاحقًا.

إعلان الواجبات

إن الواجبات الأساسية المطلوبة من الصحفي العامل في مجال جمع المعلومات، والتحرير والتعليق على الأخبار هي كالتالي:

1. احترام الحقيقة مهما كانت النتائج المترتبة على كشفها، وذلك

لحق المجتمع في معرفة تلك الحقيقة.

2. 2الدفاع عن حرية الإعلام، والتعليق والنقد.
3. نشر معلومات يُعرف مصدرها الأصلي ونشر، في حال دعت الحاجة، الالتباسات التي تُفرض، عدم كتمان المعلومات المهمة أو تعديل النصوص والوثائق.
4. تجنب توظيف الوسائل غير المشروعة في الحصول على المعلومات والصور والوثائق.
5. التقيّد تلقائيًا وبشكل ذاتي باحترام الخصوصية.
6. تصحيح المعلومات التي تم نشرها إذا ما ثبت بأنها غير دقيقة.
7. احترام السرية التي تقتضيها المهن الصحفية، وعدم الكشف عن مصادر المعلومات التي تم الحصول عليها بطريقة سرية.
8. اعتبار الأخطاء التالية على أنها أخطاء مهنية فادحة يجب عدم التورط في فعلها وهي: انتحال الآراء (plagiat) ، الافتراء، القذف وتشويه السمعة، التشهير والطعن وتوجيه الاتهامات التي لا أساس لها من الصحة، وقبول الرشاوى بأي شكل كانت والمدفوعة بغرض نشر معلومات معينة أو كتمانها.
9. عدم الخلط بتاتًا بين مهنة الصحفي، ومهنة مبيعات الإعلانات أو تحضير الحملات الدعائية، ورفض أي طلبات أو أوامر يصدرها المعلنون للصحفي في وسائل الإعلام.
10. رفض الضغوط ومقاومتها، وعدم تقبل الأوامر المتعلقة بتحرير الأخبار إلا من المسؤولين عنه

يجب على كل شخص يستحق مسمى صحفي الالتزام بإخلاص بالمبادئ المهنية التي ذكرت أعلاه. والصحفي ملزم باحترام القانون العام في كل بلد وبالتقيّد باحترام الحدود المهنية التي تنظم عمله مع زملائه الصحفيين ، وعدم السماح للتدخل في مهنيته من جانب الحكومة أو أية أطراف أخرى.

إعلان الحقوق

1. الصحفيون لهم الحق في التواصل مع مصادر معلوماتهم دون قيود، ولهم الحق في التقصّي حول جميع الأحداث التي تتمحور حولها الحياة العامة. وبناءً على ما تقدم فإن سرية الأحداث العامة والخاصة لا تنطبق سوى على الحالات الاستثنائية ولدوافع وأسباب واضحة.
2. الصحفي له الحق في رفض الخضوع لأي قوانين أو سياسات لا تنص عليها أدبيات السياسة العامة للمؤسسة التي يعمل بها والمنصوص عليها كتابة في عقد العمل الخاص به، أو الخضوع لأي إملاءات غير واردة ضمنيًا في السياسات العامة لجهة العمل.
3. لا يمكن إجبار الصحفي على القيام بأي فعل مهني أو التعبير عن رأي يتناقض مع معتقداته وما يؤمن به.
4. يجب إعلام الكادر التحريري في المؤسسات الإعلامية بجميع القرارات المهمة التي لها تأثير على مصير المؤسسة، فهناك حاجة للتشاور على الأقل مع الكادر التحريري حول جميع القضايا المتعلقة بتشكيلة طاقم التحرير في قضايا التوظيف، وفصل الموظفين وعمليات الدمج وترقية الصحفيين قبل اخذ القرارات.
5. من حق الصحفي في ظل المهام الموكلة إليه والمسؤوليات التي تقع على عاتقه التمتع ليس فقط بالميزات التي توفرها الاتفاقات الجماعية، بل أيضا بالميزات التي يضمنها عقد توظيف فردي والذي يوفر جميع سبل تأمين حاجاته المادية والمعنوية بالإضافة إلى نظام رواتب يتماشى مع وضعه الاجتماعي ويضمن استقلاله الاقتصادي.

■ الملحق الرابع: علاقات مع اللجنة الدولية للصليب الأحمر

اللجنة الدولية للصليب الأحمر (CICR) هي منظمة غير متحيزة ومحايدة ومستقلة، مهمتها إنسانية بحتة تتمثل في حماية الحياة وحماية كرامة ضحايا النزاعات المسلّحة وغيرها من حالات العنف وتقديم المساعدة لهم. تسعى اللجنة الدولية أيضًا إلى تجنّب الألم والمعاناة عبر نشر وتعزيز القانون والمبادئ الإنسانية العالمية.

في حالات النزاع المسلح، وبموجب القانون الإنساني الدولي، يستفيد الصحافيون من الحماية الممنوحة للمدنيين طالما أنهم لا يشاركون مباشرة في الأعمال العدائية (المادة 79 من البروتوكول الإضافي الأول لعام 1977). مراسلو الحرب المعتمدون يتمتعون بحماية إضافية. مراسلو الحرب هم الصحفيون الذين، أثناء حالات النزاع المسلح، يرافقون القوات المسلحة دون أن يكونوا جزءًا منه، شريطة أن يكون لديهم تصريحًا من القوات المسلحة التي يرافقونها. مراسلو الحرب الذين سقطوا في أيدي العدو يتمتعون بصفة أسرى حرب وبالتالي تحميهم اتفاقية جنيف الثالثة من عام 1949 بشأن معاملة أسرى الحرب. أمّا وقبل وقوعهم في أيدي العدو، فهم يستفيدون، مثل غيرهم من الصحفيين، من الحماية التي تمنح لكل مدنيّ.

- في بعض الحالات، يجوز للجنة الدولية تقديم دعم محدد للصحفيين:

منذ تأسيسه عام 1985، الخط الساخن للجنة الدولية للصليب الأحمر 792.17.32.85 (41 +) هو خط مكالمة طوارئ لمحيط الصحفي المهدد: عائلته وإدارة التحرير الخاضع لها أو أي منظمة مهنية معنية لها الحق باللجوء إلى اللجنة الدولية للصليب الأحمر لمعالجة قضية معينة. على المتصل تقديم جميع المعلومات التي بحوزته.

الهدف الرئيسي من الخط الساخن هو تمكين اللجنة الدولية من اتخاذ تدابير فورية وفعالة، كلّما كان ذلك ممكنًا، عند توقيف الصحفيين أو فريقهم، القبض عليهم واحتجازهم، أو اعتبارهم في عداد المفقودين، المصابين والقتلى وذلك في المناطق التي تقوم اللجنة الدولية بأنشطتها الإنسانية. يجوز للجنة الصليب الأحمر الدولية أن تطلب تأكيد القبض على شخص معين أو احتجازه والوصول إلى الصحفيين المعتقلين. في بعض الحالات، يمكنها أيضًا أن تبلّغ أقرباء الصحفي، رب عمله، أو الجمعيات المهنية عن مكان وجود الصحفي في حال توافر هذه المعلومات. في بعض الحالات، يمكن للجنة الدولية مساعدة الأسر على استعادة التواصل مع الصحفي المعتقل أو البقاء على اتصال معه، ويمكنها أيضًا أن تساعد في نقل الصحفيين الجرحى. في أسوأ الأحوال، يمكنها استرداد أو نقل رفات الموتى.

يمكن للجنة الدولية أن تعمل فقط في المناطق التي لديها فيها موظفين ميدانيين. ولا تتدخّل اللجنة الدولية للإفراج عن الصحفي المعتقل ولا تدافع عن حرية التعبير أو الحق في المعلومات، لأن هذه الأشياء هي خارج نطاق مهامها. الغرض من زيارات اللجنة الدولية إلى الصحفيين المعتقلين هو إنساني بحت. وتراقب اللجنة الدولية ظروف الاعتقال، وإذا لزم الأمر، تطلب من السلطات تحسينها. يمكنها أيضًا الدخول في حوار مع السلطات لضمان احترام الضمانات الإجرائية والقضائية المعمول بها. كما توفّر المساعدة الإنسانية للمعتقلين إذا لزم الأمر.

وتتعامل اللجنة الدولية مع **الخط الساخن** بطريقة سرية، وتتوقع من المتصلين الذين يطلبون معلومات الحفاظ على نفس السرية.

← لمزيد من المعلومات: 22.730.34.43 (41+) أو press@icrc.org

■ الملحق الخامس: عناوين مفيدة

منظمة مراسلون بلا حدود: www.rsf.org
هاتف: 1.44.83.84.84 (33+) – فاكس: 1.45.23.11.51 (33+)
البريد الالكتروني: rsf@rsf.org
مساعدة / بوالص تأمين: securite@rsf.org
سكرتاريا: secretariat@rsf.org
مكتب افريقيا: afrique@rsf.org
مكتب أميركا اللاتينية: ameriques@rsf.org
مكتب آسيا: asie@rsf.org
مكتب اوروبا: europe@rsf.org
مكتب الشؤون الفارسية: persan@rsf.org
مكتب الشرق الأوسط: moyen-orient@rsf.org
مكتب الإنترنت: internet@rsf.org

المانيا - Reporter ohne Grenzen : www.reporter-ohne-grenzen.de
هاتف: 30.609.895.33-0 (49+) فاكس: 30.202.15.10-29 (49+)
البريد الالكتروني: kontakt@reporter-ohne-grenzen.de

النمسا - Reporter ohne Grenzen : www.rog.at
هاتف: 158.100.11 (43+) – فاكس: 148.003.95 (43+)
– البريد الالكتروني: ta.gor*ofni

بلجيكا - Reporters zonder grenzen / Reporters sans frontières
هاتف: 2.235.22.81 (32+) – فاكس: 2.235.22.82 (32+)
البريد الالكتروني: rsf@rsf.be

اسبانيا – Reporters Without Borders
هاتف / فاكس: 91.522.4031 (34+)
البريد الالكتروني: rsf@rsf-es.org

الولايات المتحدة– Reporters Without Borders
هاتف: 202.256.5613 (1+)
البريد الالكتروني: dcdesk@rsf.org

فنلندا – Toimittajat ilman rajoja ry /Reportrar utan gränser, rf
هاتف: 380.7947 .50(358)+
البريد الالكتروني: info@toimittajatilmanrajoja.fi

السويد – Reportrar utan Gränser www.reportrarutangranser.se
هاتف: 8.618.93.36 (46+)
البريد الالكتروني: reportrarutangranser@rsf.org

سويسرا – Reporters sans frontières www.rsf-ch.ch
هاتف: 22.328.44.88 (41+) – فاكس: 22.328.44.89 (41+)
البريد الالكتروني: info@rsf-ch.ch

تونس – منظمة مراسلون بلا حدود
هاتف: 71.24.76.78 (216+)
البريد الالكتروني: tunisie@rsf.org

منظمات دولية غير حكومية متخصصة في الدفاع عن حريةالصحافة وحماية الصحفيين

المادة 19: www.article19.org
Free Word Centre, 60 Farringdon Road, London
EC1R 3GA –United Kingdom
هاتف: – 20.73.24.25.00 (44+)
البريد الالكتروني : info@article19.org

المعهد الدولي لسلامة الأخبار International News Safety Institute :
www.newssafety.org
30 South Colonnade, Canary Wharf, London E14 5EP – United Kingdom
البريد الالكتروني: info@newssafety.org

مركز دارت للصحافة والصدمة النفسية
Dart Center for Journalists and Trauma:
www.dartcenter.org
48 Gray's Inn Road, London WC1X 8LT – The United Kingdom
هاتف: 207.242.3562 (44+)
البريد الالكتروني:info@dartcentre.org

الروري بيك ترست Rory Peck Trust: www.rorypecktrust.org
Linton House, 24 Wells Street, London W1T 3PH – United Kingdom
هاتف: 203.219.7860 (44+) – فاكس: 203.219.7862 (44+)
البريد الالكتروني: info@rorypecktrust.org ; assistance@rorypecktrust.org
training@rorypecktrust.org

مؤشر الرقابة Index on Censorship: www.indexoncensorship.org
92-94 Tooley Street, London SE1 2TH –United Kingdom
هاتف: 20.72.60.26.60 (44+)
البريد الالكتروني: info@indexoncensorship.org

اللجنة لحماية الصحفيين Committee to Protect Journalists:
www.cpj.org
330, 7th Avenue, 11th Floor, New York, New York 10001 – United States
هاتف: 465.1004 (1.212+) – فاكس: 465.9568(1.212+)
البريد الالكتروني: info@cpj.org

الاتحاد الدولي للصحفيين Fédération internationale des journalistes:
www.ifj.org
IPC-Residence Palace, Bloc C, Rue de la Loi 155, B-1040
Bruxelles – Belgium
هاتف: 22.35.22.19 (32+) – فاكس: 22.35.22.00 (32+)
البريد الالكتروني: ifj@ifj.org

الرابطة العالمية للصحف Association mondiale des journaux:
www.wan-ifra.org
96 bis rue Beaubourg, 75003 Paris – France
هاتف: 1.42.78.92.33.(33+) – فاكس: 1.47.42.85.00 (33+)
البريد الالكتروني: info@wan-ifra.org

بن انترناشيونال Pen International: www.pen-international.org
Brownlow House, 50/51 High Holborn, London WC1V 6ER
United Kingdom
هاتف : 20.74.05.03.38 (44+)
البريد الالكتروني info@pen:-international.org

المعهد الدولي للصحافة International Press Institute:
www.freemedia.at
Spiegelgasse 2A, 1010 Vienne – Autriche
هاتف: 1.512.90.11 (43+) – فاكس: 1.512.90.14 (43)
البريد الالكتروني: ipi@freemedia.at

المبادرة للدفاع القانوني عن وسائل الاعلام
Media Legal Defence Initiative www.mediadefence.org
The Foundry, 17-19 Oval Way, London SE11 5RR – United Kingdom
هاتف (44+) 50.55.52.37.20: – سكايب: mldi.law
البريد الالكتروني: info@mediadefence.org

منظمات أخرى غير حكومية

منظمة العفو الدولية Amnesty International: www.amnesty.org
1 Easton Street, London WC1X 0DW –United Kingdom
هاتف: 20.74.13.55.00 (44+) – فاكس: 20.79.56.11.57 (44+)
البريد الالكتروني: contactus@amnesty.org

محامون بلا حدود فرنسا Avocats sans frontières France
www.avocatssansfrontieres-france.org
8, rue du Prieuré – 31000 Toulouse – France
هاتف: 5.34.31.17.83 (33+) – فاكس: 5.34.31.17.84 (33+)

الاتحاد الدولي لحقوق الإنسان
Fédération internationale des ligues des droits de l’homme
www.fidh.org
17 passage de la Main d’or, 75011 Paris – France
هاتف 1.43.55.25.18 (33+) – فاكس: 1.43.55.18.80 (33+)
البريد الالكتروني: fidh@fidh.org

هيومن رايتس ووتش Human Rights Watch: www.hrw.org
350 Fifth Avenue, 34 th Floor, New York, NY 10118-3299 – USA
هاتف: 290.4700 (1.212+) – فاكس: 736.1300 (1.212+)
البريد الالكتروني: HRWpress@HRW.org

فريدوم هاوس Freedom House: www.freedomhouse.org
1850 M Street NW, Floor 11, Washington DC 20036 – USA
هاتف: 296.5101.(1.202+) – فاكس: 293.2840 (1.202+)
البريد الالكتروني: info@freedomhouse.org

اللجنة الدولية للصليب الأحمر
Comité international de la Croix-Rouge: www.icrc.org
19, avenue de la Paix, CH-1202, Genève – Switzerland
هاتف: 22.734.60.01 (41+) – فاكس: 22.733.20.57 (41+)

منظمات دولية حكومية

مكتب الربط مع المنظمات غير الحكومية التابع للأمم المتحدة
Bureau de liaison des Nations unies avec les ONG: www.un-ngls.org
Palais des Nations, 1211 Genève 10 – Switzerland
هاتف:2076 917 22 (41+) – فاكس: 0432 917 22 (41+)

المفوضة السامية لحقوق الإنسان بالأمم المتحدة
Haut Commissariat des Nations unies aux droits de l'homme:
www.ohchr.org
Palais Wilson, 52 rue des Pâquis, CH-1201 Genève – Switzerland
هاتف: 22.917.92.20 (41+)
البريد الالكتروني: InfoDesk@ohchr.org

المحكمة الجنائية الدولية Cour pénale internationale: www.icc-cpi.int
174 Maanweg, 2516 AB, La Haye – The Netherlands
هاتف: 70.515.85.15 (31+) – فاكس: 70.515.85.55 (31+)

المفوضة السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين
Haut-Commissariat des Nations unies pour les réfugiés: www.unhcr.fr
Case Postale 2500, CH-1211 Genève 2 – Switzerland
هاتف: 22.739.81.11 (41+) – فاكس: 22.739.73.77. (41+)

اليونسكو UNESCO: www.UNESCO.org
7, Place de Fontenoy – 75732 Paris 07 SP, France
هاتف: 1.45.68.10.00 (33+) – فاكس: 1.45.67.16.90 (33+)

■ الملحق السادس: بوالص التأمين لمنظمة مراسلون بلا حدود

بالشراكة مع أبريل انترناشيونال كندا، توفّر منظمة مراسلون بلا حدود نوعين من بوالص التأمين للصحفيين من كل الجنسيات الذين يغادرون بلد إقامتهم بداعي العمل. منذ أن طرحت منظمة مراسلون بلا حدود هذا البرنامج، استفاد مئات الصحافيين من تغطية صحية شاملة، لا سيما للتوجه إلى مناطق حرب أو إلى دول معرضة للخطر.

الشرط الوحيد المسبق لاكتتاب بوليصة تأمين هو الانتساب إلى المنظمة.
تطبّق هذه البوالص:

- 24 ساعة/24، 7 أيام/7 في كل العالم،
- عند كل رحلة مهنية قصيرة أو طويلة الأمد،
- خارج بلد إقامتكم الاعتيادي،
- حتى لو كنت في بلد الوصول (بلد المهمة).

الاقتراح الأول، الصيغة «الضرورية»
يسمح عقد التأمين بالاستفادة من ضمانة مساعدة ونقل إلى بلد الإقامة في الحالات الطبيّة الطارئة. ويمكن اكتتاب بوليصة تقوم على التغطية ضد الأخطار المتعددة وتشمل الخسارة والسرقة والأضرار اللاحقة بالأمتعة وإلغاء الرحلة والمسؤولية المدنية. يتم أيضًا تغطية مخاطر الحرب.

وبعكس الصيغة «المعززة»، هذه الصيغة لا تشمل الصحفيين الذين يرافقون وحدة عسكرية أو حكومية خلال مهمتهم. هذه الصيغة ليست

متاحة للمقيمين في كندا أو في الولايات المتحدة.
الدول المعرضة للخطر هي مستبعدة من الصيغة «الأساسية»: سوريا وليبيا والعراق وأفغانستان وإسرائيل والضفة الغربية وقطاع غزة، جمهورية الكونغو الديمقراطية (إيتوري وشمال كيفو وجنوب كيفو، المناطق الحدودية مع جنوب السودان وأوغندا)، الصومال، اليمن، جورجيا والمناطق التالية من روسيا: الشيشان وداغستان وأنغوشيا وأوسيتيا الشمالية.
انتبه، إن قائمة البلدان المستبعدة عرضة للتغيير.

الاقتراح الثاني، الصيغة «المعززة»:
هذه الصيغة صالحة لكل الصحافيين من شتّى الجنسيات الذين يتنقّلون خارج بلد إقامتهم بداعي العمل وتقدم، مقارنة بالاقتراح الأول، المزايا الإضافية التالية:

- التغطية ضد الأمراض القائمة (الربو، المشاكل القلبية، إلخ) إذا ما طرأ أي منها في خلال المهمة.
- تغطية البعثات المرافقة للوحدات العسكرية أو الحكومية (الأرضية والجوية والبحرية).
- إمكانية تسديد مبلغ ماليّ في حال الوفاة العرضية أو بتر أحد الأعضاء البشرية خلال المهمة المهنية.
- هذه البولصية تغطي كل البلدان.
- كل الحالات القصوى لتنفيذ التقرير الصحفي مقبولة.

سعر الصيغة «المعززة» يختلف حسب البلد ومدّة الإقامة. منظمة مراسلون بلا حدود وابريل انترناشيونال كندا يعملان باستمرار لتطوير عروض بوالص التأمين.

➜ لكل معلومة إضافية، زوروا موقع gro.fsr.www زاوية «أمن الصحفيين» أو راسلونا عبر gro.fsr*ecnarussa

■ الملحق السابع:
دورات تدريبية للمناطق الخطرة

هذه لائحة غير شاملة للمنظمات التي تقترح دورات تدريبية للأشخاص المتوجهين إلى مناطق حساسة.

هيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي) تقترح أيضًا عبر موقعها الالكتروني بي بي سي أكاديمي فيديوهات للتدريب على الاسعافات الأولية ونصائح للصحافيين العاملين في مناطق خطرة.

آيك AKE www.akegroup.com
16 Swan Court, 9 Tanner Street, London SE1 3LE – United Kingdom
هاتف: 203.816.9970 (44+) – فاكس: 143.235.0227 (44+)
البريد الالكتروني: enquiries@akegroup.com

بيوفورس BIOFORCE bioforce.asso.fr
41 avenue du 8 mai 1945 – 69694 Vénissieux, France
هاتف: 4.72.89.31.41 (33+) – فاكس: 4.78.70.27.12 (33+)
البريد الالكتروني: info@bioforce.asso.fr

خدمات سانتوريون لتقييم المخاطر
CENTURION RISK ASSESSMENT SERVICES www.centurionsafety.net
PO Box 1740, Newquay, Cornwall TR7 3WT – United Kingdom
المركز الرئيسي: هاتف: 1637.873.661 (44+)
البريد الالكتروني: main@centurionsafety.net

CHIRON RESOURCES (OPS) LTD شيرون ريسورسز

www.chiron-resources.com

Whiteleaved Oak, Ledbury, Herefordshire HR8 1SE – United Kingdom

هاتف: 7880.602.426 (44+) ; 1531.650.296 (44+)

البريد الالكتروني: owclive@chiron-resources.com

CROIX-ROUGE FRANÇAISE الصليب الأحمر الفرنسي

www.croix-rouge.fr

98 rue Didot, 75694 Paris Cedex 14, France

هاتف: 44.43.13.23 1 (33+)

ديكود (وزارة الدفاع الفرنسية)

DICOD (MINISTÈRE FRANÇAIS DE LA DÉFENSE)

www.defense.gouv.fr/salle-de-presse/acces-journalistes/stages-journalistes

Balard, 60 boulevard du général Valin, 75015 Paris, France

هاتف: 44.42.54.02 1 (33+)

البريد الالكتروني: presse@dicod.fr

1ST OPTION HIGH RISK فيرست اوبشين هاي ريسك

www.1stoptionhighrisk.com

1st Option Safety Group - 1st Floor, 16 Mortimer Street

London W1T 3JL – United Kingdom

هاتف: 845.500.8484 (44+)

البريد الالكتروني: training@1stoptionsafety.com

GLOBAL JOURNALIST SECURITY الأمن الصحفي العالمي
www.journalistsecurity.net
3286 Aberfoyle Place NW, Washington, DC 20015 – United States
هاتف: 352.1736 (1.202+)
البريد الالكتروني: gjs@journalistsecurity.net

OBJECTIVE TEAM LTD أوبجكتيف تيم ليميتد
www.objectivetravelsafety.com
Bragborough Lodge Farm, Daventry, NN11 7HA – Royaume-Uni
هاتف: 1788.899.029 (44+) – فاكس: 1788 891259 (44+)
البريد الالكتروني: office@objectiveteam.com

PILGRIMS GROUP بيلغريمز غروب www.pilgrimsgroup.com
Pilgrims House, PO Box 769 Woking, Surrey – United Kingdom
هاتف: 844.788.0180 (44+) – فاكس: 148.322.8770 (44+)
البريد الالكتروني: enquiries@pilgrimsgroup.com

REMOTE TRAUMA ريموت تروما www.remotetrauma.com
2 Bridle Close, Surbiton Road, Kingston Upon Thames,
Greater London KT1 2JW – United Kingdom i
هاتف: 844.800.9158 (44+)
البريد الالكتروني: admin@remotetrauma.com

TYR SOLUTIONES LTD تير سوليوشن ليميتد www.tyr-solutions.com
The Old Hop Barn, Monksbury Court, Yarkhill
Hereford HR8 2TU – United Kingdom

تعليمات للصحفيين في إنقاذ زملائهم
REPORTERS INSTRUCTED IN SAVING COLLEAGUES (RISC)
risctraining.org
C/o The Half King, 505-507 West 23rd Street,
New York NY 10011 – United States
هاتف: (+1).917.362.5518
البريد الالكتروني: hello@risctraining.org

TOR INTERNATIONAL GROUP تور انترناشيونال غروب
www.torinternational.com
Aviation House, Gloucester Airport, Staverton,
Glos GL51 6SR – United Kingdom
هاتف: (+44) 1932.879.879 – (Dubaï) 563.014.208 (+971)
البريد الالكتروني: info@torinternational.com

شكر



تمّ نشر «الدليل العملي للصحفيين في المناطق المعرضة للخطر» بتمويل من مملكة السويد.

من خلال اسهاماتهم الغنية في هذه الطبعة، والتزامهم في حماية الصحفيين، نشكر خصوصًا:

- المعهد الدولي لسلامة الأخبار www.newssafety.org
- روري بيك ترست Rory Peck Trust rorypecktrust.org
- مركز دارت للصحافة dartcenter.org
- وفد المعلومات والاتصالات في وزارة الدفاع الفرنسية (ديكود) (DICoD)
- وكالة فرانس برس
- فرانس ميديا موند وشريكها سوفراين غلوبال Sovereign Global
- هيئة الإذاعة البريطانية (بي بي سي) وشريكها فيرست اوبشين هاي ريسك 1st Option High Risk
- الصليب الأحمر الفرنسي: www.croix-rouge.fr
- اتحاد عمال الانقاذ الفرنسيين الصليب الأبيض: www.croixblanche.org
- المؤسسة الإعلامية الدولية للمرأة: www.iwmf.org
- تعليمات للصحفيين في إنقاذ زملائهم Reporters Instructed In Saving Colleagues (RISC): risctraining.org

نشكر أيضًا مراسلي منظمة مراسلون بلا حدود المتواجدون في 130 بلد، خاصة أوكسانا رومانيوك في أوكرانيا، دينا ميزا في هندوراس وإقبال خطّاك في الباكستان. بدونهم، لا تكون منظمتنا كما هي عليه.

في النهاية، نعرب عن امتناننا لجميع أولئك الذين يدعمون مراسلون بلا حدود وحرية الصحافة بشكل أوسع. لا يمكن ذكرهم هنا، لكننا ندرك ما نحن مدينون لهم.